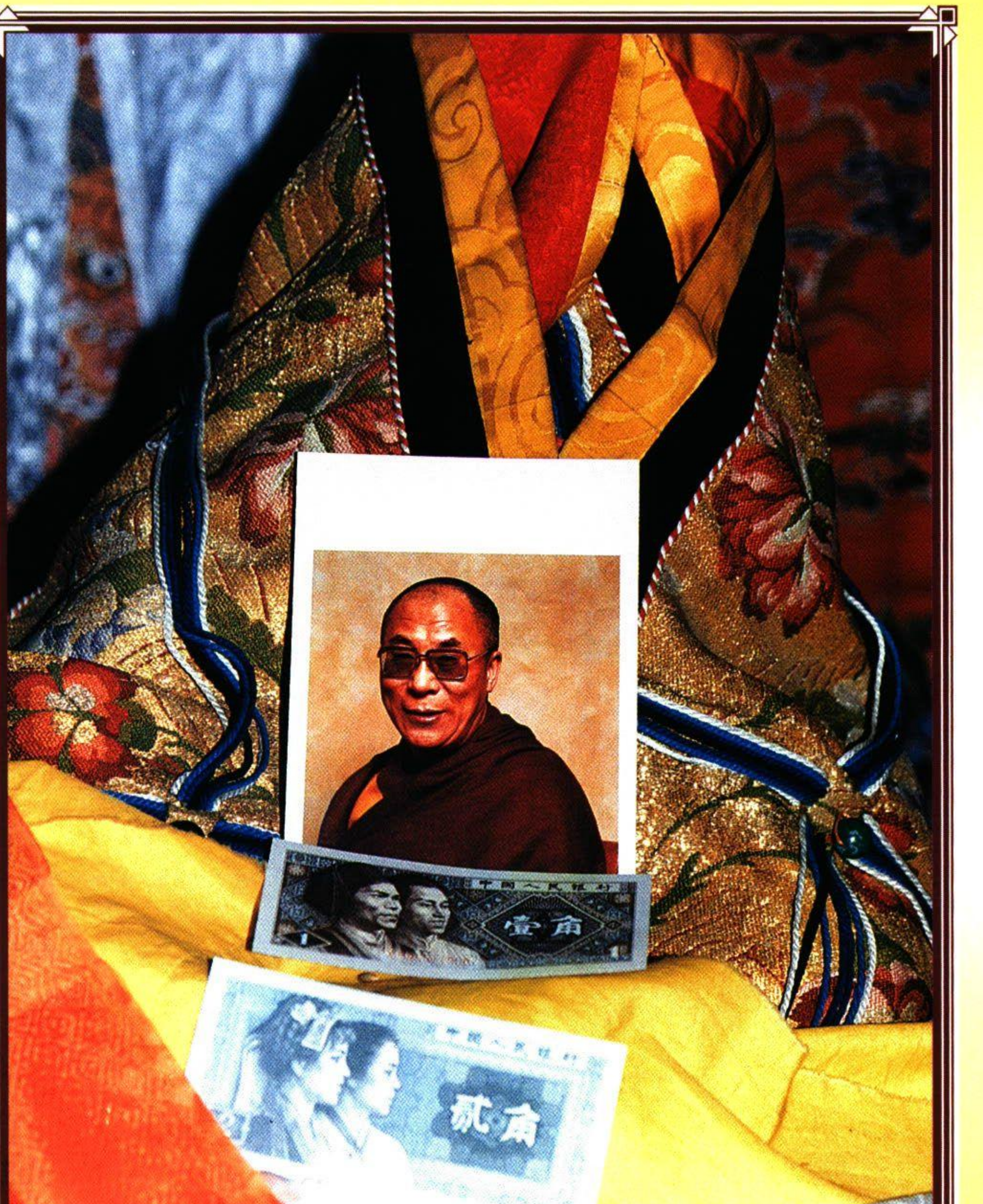
MAITREYA
MAGAZINE

TIBETAANS BOEDDHISTISCH TIJDSCHRIFT JAARGANG 19 1997 *f*. 6,50 NUMMER 2



Tibetnieuws
Mission Statement Maitreya Instituut
De boeddhistische benadering van kennis

INHOUD

DE BOEDDHISTISCHE BENADERING VAN KENNIS
door Z.H. de Dalai Lama 3

EEN INTERVIEW MET SANDRA TIDEMAN
door Koosje van der Kolk 8

DE VORDERINGEN VAN HET GEBEDSWIEL
door Inge te Velde en Margot Kool 18

MISSION STATEMENT MAITREYA INSTITUUT
door de P.R.-werkgroep 20

BERICHT VAN DE UITGEVERIJ
door Alix Royer 21

EEN VERSLAG VAN DE FPMT EDUCATION CONFERENCE
door Alex de Haan en Thirza Happé 22

BOEKRECENSIE
door Ronald Hermsen 24

VERHALEN UIT DE SOETRA'S
door Wim Mual 26

VERSCHIJNSELEN VANUIT DE LEEGTE
door Sander Tideman 27

TIBETNIEUWS
door Paula de Wijs-Koolkin 28

OVERZICHT VAN DE GEBEDSDIENSTEN . 30

ALGEMENE CURSUSINFORMATIE 32

PROGRAMMA 1997 33

LEZINGEN IN HET LAND 38

INFO MAITREYA INSTITUUT 39

©

Maitreya Instituut
Heemhoeveweg 2
8166 HA Emst
Telefoon: (0578) 66 14 50

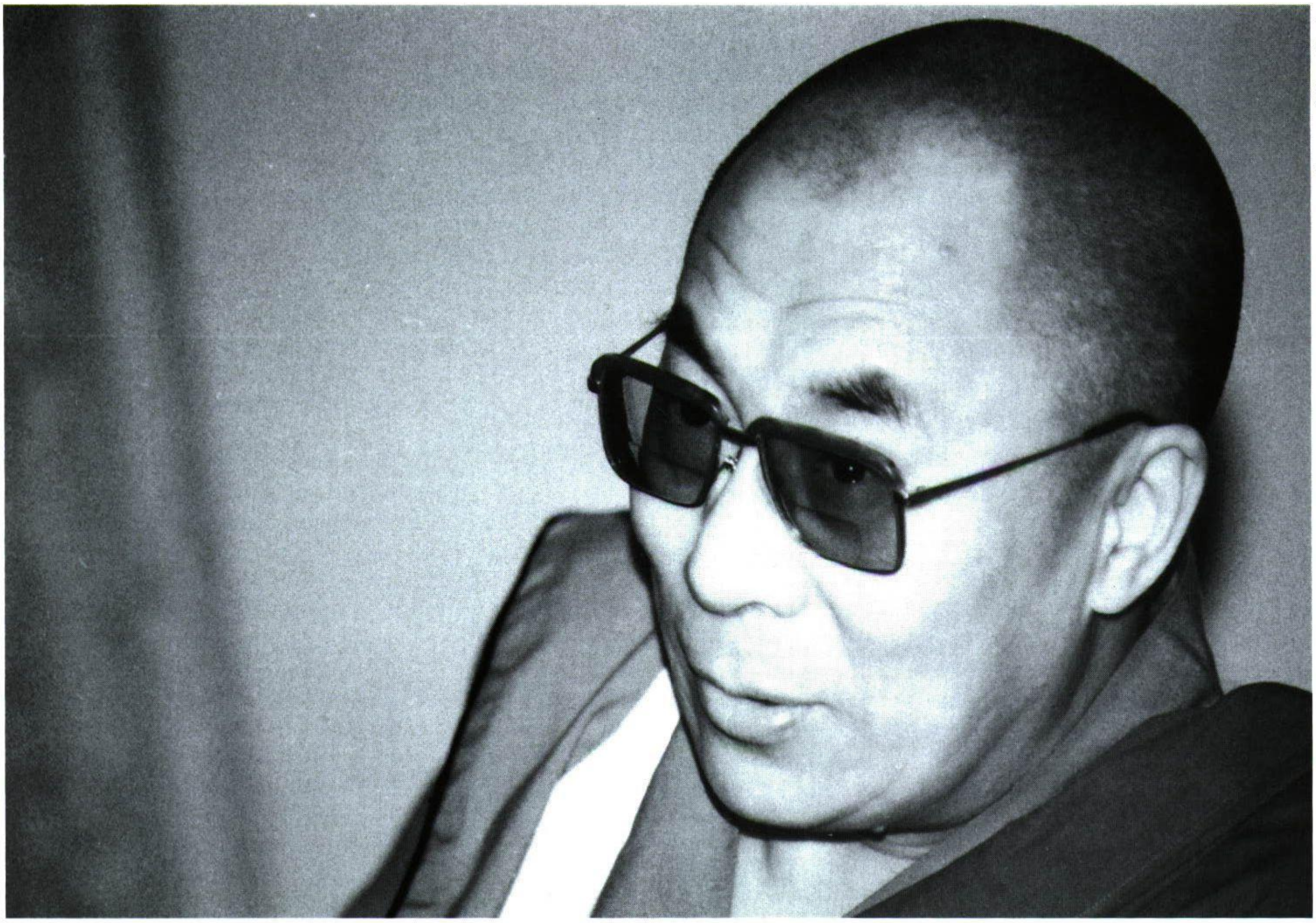
VOORWOORD

Beste lezer, in dit magazine vindt u behalve de gebruikelijke artikelen over boeddhistische onderwerpen ook een wat ongebruikelijk groot aantal beschrijvingen over situaties binnen het Maitreya Instituut. Er zit dan ook (groei-)beweging in het instituut. Op verschillende fronten wordt gewerkt aan ontwikkeling. De uitgeverij, de P.R.-werkgroep, de organisatoren van het gebedswiel, de delegatie die naar de 'FPMT- education conference' is geweest en de voorzitter van ons instituut, doen ieder hun verslag. Toch vonden wij dat deze informatie belangrijk is voor een goed begrip omtrent de wijze waarop het instituut tegenwoordig werkt. Als u belangstelling heeft aan een van de werkgroepen mee te werken, vraag dan gerust om meer informatie via ons kantoor.

Goed nieuws is ook dat het Maitreya Instituut dankzij de kennis van een van onze nieuwe sterren sinds kort via de elektronische snelweg bereikbaar is op een eigen 'website'. U kunt nu vanaf elk gewenst inbelpunt waar ook ter wereld informatie opvragen over het instituut en de verschillende onderdelen ervan, zoals het studieprogramma, de leraren, het Maitreya Magazine en nog veel meer. Het ligt in de bedoeling een aantal 'links', dat zijn doorschakel mogelijkheden, naar andere FPMT-centra te creëren. We denken met deze 'homepage' op Internet vooral tegemoet te komen aan de vraag van onze jongste generatie voor wie computers al gewoner zijn dan voor ons het lezen van de krant. Het boeddhisme zal er zelf natuurlijk niet door veranderen. Wel wordt het opvragen van informatie hierdoor snel en gemakkelijk. Het adres is momenteel nog wel lang: http://home.pi.net/~maitreya/home.html
U kunt natuurlijk ook E-mailen: maitreya@pi.net
Zet u er dan wel bij voor wie het bericht bedoeld is?

Uw eindredacteur, Hans van den Bogaert.

DE BOEDDHISTISCHE BENADERING VAN KENNIS



Famous Colour Centre

Z.H. de Dalai Lama

Dit artikel is opgebouwd uit fragmenten van een toespraak die door Zijne Heiligheid de XIVe Dalaï Lama in het Tibetaans werd gehouden aan een grote groep vluchtelingen in het Tibetaanse Vluchtelingen Kamp te Delhi in 1963. Het werd vertaald en bewerkt door Losang Chöpel tezamen met Glenn H. Mullin. Het geeft de directe en persoonlijke wijze weer waarmee Zijne Heiligheid met zijn volk communiceert en is karakteristiek voor de manier waarop hij zijn religieus- en wereldsadvies aan hen combineert. Een aantal van de ideeën in dit artikel wordt verhelderd met passages van een lezing die Zijne Heiligheid een aantal jaren later gaf over een soortgelijk onderwerp.

Vroeger gingen alle mensen in Tibet bij een religieuze gebeurtenis naar de heiligdommen en tempels om hun eerbied te betuigen. Zowel armen als rijken, zakenmensen als boeren, geleerde monniken als ongeletterde nomaden: ze kwamen allen bijeen om zich bezig te houden met spirituele beoefeningen. Nu is er een ander lotsbestemming aangebroken voor het Tibetaanse volk. Als gevolg van ons eigen negatieve karma wordt ons land overheerst door een meedogenloze, buitenlandse indringer. Ons bergachtige land van vrede en kalmte is een plaats van terreur en enorm lijden geworden. In plaats van de kleurrijke kleding, waar wij Tibetanen zoveel van hielden, worden de mensen gedwongen vreemde uniformen te dragen die hun positie aangeven in een opgedrongen Chinees-communistisch systeem — van officieren, gevangenen, arbeiders, voorbeeldige vrijwilligers, partijleden, reactionairen, enzovoort. Ze leven in spanning en angst. Hun dagen en nachten moeten in vrees en onzekerheid voorbijgaan. Slechts weinigen hebben niet één of meerdere familieleden aan de brute Chinese onderdrukkers verloren, of hebben geen naaste verwanten die ergens in de concentratiekampen worden vastgehouden. Wij, die hier in vrijwillige ballingschap leven, kunnen als vluchtelingen problemen hebben, maar we zijn in elk geval vrij. We worden niet gedwongen iedere

avond indoctrinatiebijeenkomsten bij te wonen, noch wordt ons verteld waar we wel en niet naar toe mogen gaan en wat we wel en niet mogen denken, lezen of zeggen. En, wat ons Tibetanen het meest aan het hart ligt, we zijn vrij om onze religie te beoefenen.

Er zijn veel verschillende religies in deze wereld, met elk zijn eigen speciale kwaliteiten, zijn eigen unieke manier om het spirituele pad te tonen. Wij, Tibetanen, hebben het boeddhisme als onze nationale religie gekozen. Het boeddhisme is een bijzonder smakelijke en diepzinnige religie, omdat het niet een pad van geloof is, maar een pad van redenering en kennis. De Boeddha verklaarde dat zijn Leer niet aanvaard zou moeten worden op basis van geloof, maar alleen in het licht van redenering en logisch onderzoek. Hij zei ook dat veel van zijn leerstellingen niet letterlijk genomen dienen te worden, maar een interpretatieve benadering vereisen, en dat zijn volgelingen daardoor zelf elk punt van de leer moeten overdenken om te zien of het precies correct is of slechts symbolisch zo bedoeld. Hij adviseerde dat elke leerstelling die niet passend is in praktische situaties en die na grondige logische analyse niet stand houdt, niet zou moeten worden aanvaard. Omdat hij gedurende een periode van vele jaren zijn leer onderwees aan verschillende type wezens met verschillende niveau's — mensen met grote, middelmatige en geringe intelligentie — vragen zijn leerstellingen om zorgvuldige analyse. Grote Indiase meesters, zoals Nagarjuna en Asanga, die beide door de Boeddha voorspeld waren, schreven vele verhandelingen over welke leerstellingen letterlijk genomen dienen te worden en welke meer symbolisch of voor mensen met een geringer begrip. Als alle leerstellingen letterlijk genomen hadden moeten worden, dan zou er geen noodzaak voor de Boeddha zijn geweest om ons te adviseren zelf elke leerstelling te onderzoeken en die te verwerpen of te herinterpreteren als die niet bestand is tegen logische analyse. Eveneens zou er geen noodzaak voor hem zijn geweest om de komst van Nagarjuna en Asanga te voorspellen om zijn doctrine te verhelderen. Daarom vroeg de Boeddha ons niet alles dat hij onderwees te aanvaarden; hij adviseerde ons dat we zelf elke leerstelling onderzoeken en heronderzoeken en alleen die methode beoefenen die aan ons eigen niveau van logica en redenering beantwoordt. Op deze manier kunnen we die leerstellingen in praktijk brengen die in harmonie zijn met ons eigen niveau van ontwikkeling en met onze mogelijkheden, en tegelijk de andere leerstellingen in een overeenkomstig licht te zien.

Het kenmerk van het boeddhisme is dat de wijze van presentatie in essentie eerder humanistisch is dan formeel religieus.

De verschillende boeddhistische scholen zijn hoofdzakelijk ontstaan tengevolge van dit aspect van de leer, waarbij elke school een specifiek aspect van de doctrine als fundamenteel en letterlijk te nemen beklemtoont, en de leerstellingen die daar niet aan voldoen als ondergeschikt en symbolisch rangschikt. Aldus spreidde de Boeddha een benadering voor zijn leer ten toon die zowel omvangrijk is als diepzinnig.

Als de Boeddha niet vertrouwd had op de echtheid van zijn leer, als zijn leer louter bijgeloof zou zijn, dan zou hij ons niet hebben geadviseerd zijn woorden op deze kritische manier te beoordelen. In plaats daarvan zou hij ons een dogma hebben gegeven zoals: "Geloof wat ik zeg of anders zal lijden je ten deel vallen." Het feit dat hij altijd redenering bepleitte boven blinde aanvaarding, duidt aan dat zijn leer op waarheid is gebaseerd en niet op verzinsels. Hoe grondiger we een bijgeloof of een onwaarheid analyseren, des te zwakker ons geloof erin wordt, terwijl hoe grondiger we waarheid onderzoeken, des te sterker ons geloof wordt. Dit is de natuur van waarheid en onwaarheid. Tijdens mijn laatste ontmoeting met Mao Tze Dung vertelde hij mij, "Religie is als vergif. Het berokkent de mensheid schade en heeft geen voordelen. Het heeft Tibet en Mongolië vergiftigd." Toen ik dit hoorde kon ik hem niet geloven; en hoe meer ik erover nadacht des te sterker werd mijn ongeloof in zijn woorden. Aan de ene kant had hij niet diep genoeg nagedacht over het algemene doel en de effecten van religie, maar bovenal was hij niet op de hoogte van de

Het tracht de problemen te definiëren waarmee we in ons leven geconfronteerd worden en presenteert een aantal remedies tegen deze problemen.

diepzinnige filosofische leerstellingen van het boeddhisme. Daarom dacht hij dat het boeddhisme niet relevant was voor de hedendaagse realiteit. Hij was getuige van een aantal gevallen waarin religie door sommige monniken werd gebruikt om een gemakkelijk leventje te leiden ten koste van eenvoudige mensen en concludeerde daaruit dat alle religies uitsluitend methodes zijn waarmee gewiekste mensen zich aan werk weten te onttrekken en een comfortabel leven weten te leiden. Mao was geen kwaadaardig of slecht mens; hij zag simpelweg de waarde van vele dingen in het leven niet in, waarvan religie een hele belangrijke is.

Zoals ik al zei heeft elke religie zijn eigen kwaliteiten en zijn eigen wijze van benadering. Het kenmerk van het boeddhisme is dat de wijze van presentatie in essentie eerder humanistisch is dan formeel religieus. Het tracht de problemen te definiëren waarmee we in ons leven geconfronteerd worden en presenteert een aantal remedies tegen deze problemen. Anders dan de meeste wereldreligies draait het niet om het concept van God. Het boeddhisme spreekt over de mens en over hoe hij perfectie kan bereiken. Veel religies beginnen met het idee van een God en gebruiken dit idee vervolgens om alle problemen met betrekking tot het bestaan, zoals de schepping en evolutie, te verklaren. Alhoewel het een gemakkelijk antwoord is, is het logisch gezien niet aantoonbaar. Om die reden heeft de Boeddha dit idee vermeden en probeerde hij een leer te presenteren die in alle opzichten op redenering kon worden gebaseerd. Door het gebruik van de God-theorie te vermijden, voorkwam de Boeddha ook de vele daaraan verbonden problematische bijwerkingen. Een gevaar dat bijvoorbeeld kleeft aan het concentreren van een doctrine op het concept van God is, dat de mensen zichzelf overdreven nederig kunnen gaan voelen: ze kunnen God vereren en misschien op een dag zelfs aan zijn voeten zitten, maar zij kunnen Hem nooit evenaren. God is één entiteit en wij mensen — die enkel Zijn creatie zijn — zijn altijd voorbestemd ondergeschikt te zijn aan Hem. We kunnen dat wat Hij zegt blindelings aanvaarden en beoefenen of we kunnen de consequenties ondergaan van het trotseren van onze Schepper en Toeverlaat. Dit heeft het positieve effect dat het het ego doet verkleinen; en de leerstellingen die beoefend dienen te worden, zoals ethiek, liefde, toewijding, enzovoorts, zijn altijd heilzaam. Maar het gevaar bestaat dat de mensen het geweldige potentieel van de menselijke geboorte niet weten te waarderen. Evenzo verbieden de religies gebaseerd op de God-theorie gewoonlijk het verwerpen van de "Woorden van God", zelfs al zouden zij haaks staan op alle logica. Dit kan heel gemakkelijk de ontwikkeling van filosofisch onderzoek belemmeren. Bovendien worden door de presentatie van de God-theorie onmiddellijk een aantal filosofische problemen gecreëerd, zoals bijvoorbeeld: als God Almachtig is en als Hij alles heeft geschapen en er nu op toeziet, dan heeft Hij tevens al het lijden en alle onrechtvaardigheid geschapen. Dus kunnen we concluderen dat Hij extreem wreed en kwaadaardig is, zoals een moeder die doelbewust een kind ter wereld brengt enkel om het te martelen en om het te onderwerpen aan enorme pijn. Om te voorkomen in dergelijke problemen verwikkeld te raken, probeerde Boeddha een doctrine uiteen te zetten die uitsluitend gebaseerd is op logica, en een pad dat enkel uitgedrukt wordt in termen van menselijke problemen en menselijke doelen. Hij verklaarde de mens zelf verantwoordelijk voor zijn huidige bestaan, en voorzag in een aantal methoden met behulp waarvan de staat waarin we ons bevinden, zich geleidelijk aan kan ontwikkelen en uiteindelijk kan culmineren in een staat van perfectie. Hij wees de mens er op zelf de schepper te zijn van zijn eigen lot, de handelende persoon, verantwoordelijk voor zijn eigen evolutie of degeneratie. De boeddha's zijn geen Scheppers; ze zijn slechts leraren en gidsen voor hen die willen luisteren. Of de persoon wel of niet kiest om voordeel te trekken uit hun leiding is de verantwoordelijkheid van het individu zelf.

Volgens de boeddhistische geschriften is de schepper van de wereld zoals wij hem tegenwoordig kennen niets anders dan het rijpende gevolg van onze eigen vroegere handelingen en karma's. Elke activiteit die we uitvoeren bewerkstelligt een indruk op het bewustzijn die bijdraagt aan onze toekomstige evolutie. In het kort is geluk altijd een product van positief handelen en lijden een product van negatief handelen. Evenzo komen negatieve activiteiten alleen voort uit een verstoorde geest en positieve handelingen uit een positieve geest. Daarom is het doel van alle religieuze beoefening het cultiveren en in kracht doen toenemen van een positieve, creatieve geesteshouding en het elimineren van negatieve-, verstorende emoties. Een bewustzijn dat op die manier is gecultiveerd, is zowel gedisciplineerd als kalm en geeft zowel vrede aan de persoon die het bezit, als aan allen met wie hij/zij in contact komt. We kunnen eenvoudig waarnemen wat de onmiddellijke effecten op zowel het individu als de maatschappij zijn. Evenzo kunnen we de negatieve effecten van een verstoorde geest helder zien. De verreikende effecten die zich uitstrekken over jaren en levens zijn natuurlijk subtieler en vergen om ze te doorgronden

hoog ontwikkelde perceptie of logische redenering.

In het geval van de Chinese invasie in Tibet kunnen we de onmiddellijke effecten van de barbaarse en onnadenkende daad van agressie zien aan het aantal doden dat aan weerszijden is gevallen en aan het vijandige gevoel dat werd achtergelaten tijdens de naweeën van de invasie. Het zal natuurlijk slechts haat en nog meer geweld veroorzaken. Van de kant van de Chinezen is de oorzaak de verstorende emoties zoals hebzucht en zucht naar macht; en van de kant van de Tibetanen is de oorzaak het eerder verzamelde negatieve karma dat op zijn beurt gecreëerd werd door verstorende emoties. Als een ieder's bewustzijn spiritueel ontwikkeld is, creëert men niet langer dit soort problemen voor zichzelf of voor anderen. Om deze reden zei de Boeddha:
"Een spiritueel ontwikkeld bewustzijn is geluk; een verstoorde geest is lijden."
Vanwege deze houding legt het boeddhisme zijn grootste nadruk niet op het geloof in iets of iemand, maar op de praktische ontginning van een positieve, heilzame, creatieve geest en op het elimineren van de verstorende emoties, zoals hebzucht, woede, gehechtheid, onwetendheid enzovoorts. Dit zal automatisch het geluk doen toenemen en het lijden van zowel jezelf als dat van anderen doen afnemen. De Boeddha zei ooit:
"Je bent je eigen verlosser of je bent je eigen vijand."

Dit heeft betrekking op ons allemaal. Neem mijzelf, bijvoorbeeld. Als ik probeer deugdzaamheid en een positieve geesteshouding in mijzelf te cultiveren, ben ik mijn eigen verlosser. Als ik daarentegen toe sta dat negativiteit zich meester maakt van mijn bewustzijnsstroom, dan word ik mijn eigen vernietiger. Had Mao religie in dit licht bekeken, dan denk ik niet dat hij het vergif had kunnen noemen.

Heden ten dage zijn er vele Aziatische geleerden die praten over de raakvlakken tussen boeddhistische en communistische zienswijzen. Het is waar dat ze veel gemeenschappelijks hebben, maar er is een aantal fundamentele verschillen. Bijvoorbeeld: het communisme legt de nadruk op het materialisme, op de dingen in dit leven, terwijl het boeddhisme — alhoewel het het belang van een stabiele materiële basis onderkent — in essentie een spirituele zienswijze is en de materiële wereld als een hulpmiddel ziet, waarmee duurzamere, innerlijke kwaliteiten ontwikkeld kunnen worden. Met andere woorden de communist houdt zich voornamelijk bezig met zijn lichaam, dat bij het sterven verloren raakt, terwijl de boeddhist zich voornamelijk bezig houdt met het bewustzijn dat doorgaat naar toekomstige levens. In termen van de twee niveaus van werkelijkheid — de uiteindelijke werkelijkheid en de conventionele of relatieve werkelijkheid — concentreert het communisme zich op een oppervlakkig niveau op de relatieve werkelijkheid, terwijl het boeddhisme voelt dat ten einde de laatste werkelijk te begrijpen de eerste helder gekend moet worden. Kortom, het communisme denkt hoofdzakelijk na over hoe de mensen hun buik kunnen vullen, terwijl het boeddhisme — alhoewel het het belang van een volle maag onderkent — het bewustzijn ziet als datgene wat de uiteindelijk basis is van zowel geluk als lijden. Daarom zoekt het boeddhisme, meer zoals de moderne psycholoog, naar het scheppen van een mentale staat van harmonie in de mensen en stelt hen aldus in staat alle situaties in hun leven op een effectieve manier het hoofd te bieden. Door hen de diepere niveaus van realiteit te tonen probeert het boeddhisme omstandigheden voor spirituele verlichting in hen te genereren.

Het boeddhisme is een pad van redenering en logisch onderzoek. Waarschijnlijk omdat we er in Tibet mee geboren zijn, hebben we het vaak als te vanzelfsprekend beschouwd. Daarom hebben vele mensen de beoefening niet aanvaard op basis van een diepgaand begrip, maar louter op basis van vertrouwen, als een onbewuste ontwikkeling in hun levens. Hun beoefening was daardoor als een kasteel dat op ijs was gebouwd, en toen zij door de Chinese invasie uit hun natuurlijke milieu werden verdreven, degenereerde het en stortte het in. Diegenen met een sterke basis echter, versterkten en verdiepten door de veranderingen hun vertrouwen. Hun contact met andere waarden en zienswijzen, zoals de Westerse wetenschap en technologie, verdiepte hun begrip en hun overtuiging van de boeddhistische beoefening. Daarom leerden de Chinezen ons een belangrijke les en daarvoor moeten we hen dankbaar zijn. We moeten ervan leren en in de toekomst eerder vertrouwen op een begrip dat gebaseerd is op onze eigen redenering dan op

Hij wees de mens erop zelf de schepper te zijn van zijn eigen lot, de handelende persoon, verantwoordelijk voor zijn eigen evolutie of degeneratie.

citaten van de Boeddha, Long Chenpa of Tsong Khapa. Omdat bijna iedereen in Tibet boeddhist was, werd ons vertrouwen zelden op de proef gesteld. Dat is nu niet langer het geval.

We moeten het voorbeeld van de Indiase meester Dharmakirti volgen, die alles in twijfel trok en daardoor een onwrikbaar begrip kreeg van elke leerstelling. In zijn Pramanavartika onderzoekt hij op een bijzonder kritische wijze onderwerpen als karma, vorige en toekomstige levens, de relatie tussen lichaam en geest, het concept van een begin en een einde van het cyclische bestaan, de mogelijkheid van bevrijding en Boeddhaschap. Wij kunnen ons begrip van deze onderwerpen ontwikkelen volgens de door hem uitgestippelde weg, en wellicht een aantal commentaren schrijven om zijn ideeën te moderniseren.

De scheidingslijn tussen een boeddhist en een non-boeddhist is dat de eerste iemand is die toevlucht neemt in de Drie Juwelen: de Boeddha, die de leraar is en het te bereiken doel; de Dharma, of de Leer en het pad dat gerealiseerd dient te worden; en de Sangha, of de houders van de monnik-gewaden en de vergevorderde beoefenaren van de Dharma. Nogmaals, het is erg belangrijk dat deze toevlucht wordt genomen op basis van een diepgaand begrip van wat deze Drie Juwelen betekenen. Het heeft weinig zin jezelf enkel een boeddhist te noemen; je moet een innerlijke ervaring hebben van ongenoegen over het wereldse bestaan en de herkenning dat toevlucht in de Drie Juwelen, samen met de spirituele beoefening die deze toevlucht met zich meebrengt, je zal helpen dit wereldse bestaan te ontstijgen. Daarna moet je een krachtig begrip verwerven van de karmische wetten van oorzaak en gevolg en jezelf inspannen in harmonie met ze te leven. Kortom, we moeten ons enorm inspannen om onze bewustzijnsstroom te zuiveren van negatieve neigingen en alle positieve kwaliteiten, zoals liefde, mededogen, onthechting, hogere meditatie, wijsheid, enzovoorts te ontwikkelen. We moeten onmiddellijk onze verantwoordelijkheid voor ons eigen spirituele leven nemen en op niets of niemand vertrouwen, want zelfs de boeddha's van de tien richtingen en de drie tijden zijn niet in staat ons te helpen als wij onszelf niet helpen. Als een ander wezen in staat zou zijn om ons te redden, dan zou hij dat ongetwijfeld allang hebben gedaan. Het wordt daarom tijd dat we onszelf helpen. Op dit moment zijn we gezegend met een menselijk bestaan en met alle mogelijkheden die dat met zich meebrengt. In tegenstelling tot dieren en lagere levensvormen, zijn wij in staat het resultaat van verlichting te bereiken, een daad van uiteindelijke goedheid voor zowel onszelf als anderen. Dit neemt niet weg dat de dood zich van alle kanten aan ons opdringt, ons ieder moment dreigt te beroven van deze kostbare gelegenheid, en als we sterven kunnen we niets meenemen behalve de zaden van ons levenswerk en onze spirituele kennis. Een koning verliest zijn koninkrijk, en een kreupele bedelaar laat zelfs zijn wandelstok achter. We moeten onszelf zo snel mogelijk meester maken van de verlichting, zolang we nog de kans hebben. In minder dan een eeuw zal ieder van ons hier dood zijn. Misschien zullen sommigen onder jullie zeggen: "De Dalai Lama gaf hier ooit een preek"; slechts deze fletse herinnering van vandaag zal blijven bestaan. We kunnen er niet eens zeker van zijn dat we morgen nog leven. Er is geen tijd om te dralen, want ook ik, die dit onderricht aan het geven is, heb geen enkele garantie dat ik deze dag zal overleven. Ik hoop dat mijn leven net zo lang en zo vruchtbaar mag zijn als dat van Gedün Drub, de Eerste Dalai Lama (1391 - 1474), omdat op dit moment erg veel mensen afhankelijk zijn van mij; maar wie weet? Daarom doe ik mijn beoefeningen zo intensief mogelijk, en adviseer jullie hetzelfde te doen. Maar doe je beoefeningen niet als een blinde. Doe ze met een zekere basis van wijsheid en begrip. Dan zal je spirituele kracht elke dag enorm toenemen en diepgaander worden, en, wat voor omstandigheden zich in het leven zullen voordoen, jouw vorderingen op het pad zullen onversaagd blijven. Ons leven hier als vluchtelingen in India is niet gemakkelijk, maar als we op de beoefening van de Boeddhadharma blijven vertrouwen, kan het als een uitstekende katalysator dienen bij onze spirituele ontwikkeling. En hopelijk kunnen we binnen een paar jaren of decennia terugkeren naar ons land en naar onze geliefden waarvan we gedwongen afscheid hebben moeten nemen. Laten we bidden voor een dergelijk einde en onszelf inspannen dat het mag worden gerealiseerd.

Ik heb hier slechts een aantal gedachten die in mij opkwamen onder woorden gebracht. Er is geen zegel op de mond van de Dalai Lama, de boeddhistische monnik Losang Tenzin Gyatso. Als er iets is in wat ik zei dat je kan gebruiken, prima. Is dat niet het geval, dan is dat geen enkel probleem; het enige wat je moet doen is het verwerpen. Neem niets aan enkel omdat het gezegd werd door iemand die "De Dalai Lama" wordt genoemd. Neem het alleen dan aan als het jezelf redelijk toeschijnt of als het bijdraagt aan jou en je spirituele leven.

Vertaling: Wim Mual.

INTERVIEW MET SANDRA TIDEMAN

Sandra heeft drie kinderen, Sebastiaan (2 jaar), Laurens (4) en Louise (6). Ze is getrouwd met Sander, de huidige voorzitter (= director) van het Maitreya Instituut. Ze wonen in Bussum.

Hoe ben je in aanraking gekomen met het boeddhisme?
Ik ben ongeveer vijftien jaar geleden in aanraking gekomen met het boeddhisme, toen ik een boek in handen kreeg van Lama Yeshe en Lama Zopa 'Wisdom Energy'. Dat heeft een enorme indruk op me gemaakt. Het was de eerste keer dat ik iets van het boeddhisme tegenkwam.

Wat stond er in dat boek dat je zo aansprak?
Wat mij heel diep raakte was een stukje dat ging over eigen verantwoordelijkheid in je leven. Het was echt voor het eerst dat ik dit tegenkwam. Dat bij alles wat je overkomt, jij daar een oorzaak voor gecreëerd hebt. Het is niet zo dat er een wereld is waarin er toevallig dingen gebeuren. Het is niet zo dat de problemen buiten je zijn, het is een geheel. Het is jouw verantwoordelijkheid en alles wat je overkomt heb je zelf gecreëerd. Dat vond ik zo helder en logisch.

Er waren op dat moment wat moeilijke dingen in onze familie. En toen ik dat las, viel er zo'n last van m'n schouders. Het was heel grappig want andere mensen met wie ik erover sprak, hadden juist de tegenovergestelde reactie, die vonden het beklemmend. Dat kan ik me ook wel voorstellen. Dat je het gemakkelijker vindt als je kunt zeggen dat het de omstandigheden zijn die het je aandoen. Maar voor mij was het een opluchting. Ik dacht, maar dan kan ik er zelf invloed op uitoefenen, dan kan ik er ook iets aan doen.
Voorzover je iets kunt doen, want er zijn ook altijd anderen bij betrokken. Op een gegeven moment kreeg ik de houding, ik kan doen wat ik kan doen en meer kan ik niet doen. Dat is steeds weer opnieuw mijn les. Dat is een hele belangrijke levensvisie, dat je zelf verantwoordelijk bent voor wat je doet.
De eerste boodschap uit dat boek was: 'je bent zelf verantwoordelijk voor je leven'.

Sander Tideman

Sandra Tideman met Koosje van der Kolk

Wat ging er vooraf aan dat moment vijftien jaar geleden - je levensgeschiedenis in 't kort - vragen die er voor jou waren?
Ik heb een vrij onbekommerde jeugd gehad, heel leuk. Altijd een knagend zoeken, dat wel.
We woonden buiten en hadden veel paarden. Dat was heel erg leuk, maar bracht ook heel veel verantwoordelijkheid met zich mee. Ik had m'n eigen paard, wat ik moest verzorgen, waarvoor ik elke dag de stal moest uitruimen, mee rijden, enz. Dat liet weinig ruimte voor andere dingen. Aan de ene kant was dat erg leuk, aan de andere kant heel veeleisend. Maar ik heb een heerlijke jeugd gehad, absoluut, heel vrij. Mijn ouders hebben me altijd heel vrij gelaten, vrij opgevoed en mijn leven ging kabbelend voort. Alles ging altijd goed; school ging goed; na het gymnasium ben ik kunstgeschiedenis gaan studeren, wat ook van een leien dakje ging.
Mijn moeder heeft een Joodse grootvader en zij heeft zich op een gegeven moment gerealiseerd dat het Jodendom de weg was die zij wilde gaan, ze voelde daar een enorme herkenning in. Toen ik een jaar of twintig was, heeft ze dat helemaal opgepakt. Ik was daar de eerste paar jaren enorm door gefascineerd, ben heel veel met haar meegegaan naar de sjoel, (de synagoge). Ik vond het heel erg mooi, maar op zeker moment dacht ik toch dit is het niet. Een van de fundamentele redenen was dat er heel veel strikte regels zijn in de halaga, de joodse wet; je moet dit en dat, je moet de keuken kosjer houden enz.. En dat is alleen het eten nog. Maar er zijn werkelijk tal van geboden waar je je de hele dag door aan moet houden - en ik vond dat zo inflexibel. Mijn moeder zei altijd dat je dat als buitenstaander moeilijk kon

begrijpen en dat het ook heel moeilijk uit te leggen viel. 'Pas als je het doet komt de heiliging en kun je het begrijpen'. Ik vond dat heel moeilijk. Ik vond dat je overal over moest kunnen praten. Nu begrijp ik zo langzamerhand echt wel dat dat niet zo is.
Mijn moeder woont nu in Israël, en komt eens per jaar naar Nederland.

In ieder geval was dat een hele belangrijke periode op mijn zoektocht. Ik ben daar een hele tijd mee bezig geweest, heb daar veel over het gelezen enz. Ik weet er niet veel van af, maar genoeg om te beseffen dat het niet mijn weg is.

Voor mij is de manier van formuleren, de manier waarop vragen gesteld worden in het boeddhisme mijn manier. Antwoorden heb ik dan nog niet, maar ik vind er wel herkenning in.

Ik heb een oma waar ik heel erg dol op ben - daar is Louise ook naar vernoemd, die overtuigd Rooms-Katholiek is. Dat is zo'n mooi mens, echt een soort heilige voor mij. In haar zie ik een voorbeeld hoe het katholicisme "werkt". Maar ik kon daarin moeilijker mijn weg vinden.

In het Mahayana boeddhisme kan alles getransformeerd worden, waarbij de motivatie centraal staat. Het gaat erom wat je denkt, de geest staat centraal, dat spreekt me erg aan.

Hoe ging het verder? Wat studeerde je?
Mijn studietijd was een heerlijke tijd. Er waren heel veel dingen te ontdekken en te doen; een cursus Frans bij de Alliance Française, literatuur, een tekencursus. Toen kwam ik in het derde studiejaar Kunstgeschiedenis dat boek 'Wisdom Energy' tegen. Toen werd het boeddhisme de rode draad. Ik hield me in die tijd ook met Zen meditatie bezig en ging vaak naar de Kosmos in Amsterdam met Nico Tydeman.

Sander Tideman

Sandra

Je bent de eerste met wie ik een interview heb, bij wie zowel man als vrouw samen opgegroeid zijn in het boeddhisme. Het is leuk om te kijken hoe dat zich ontwikkelt, omdat je samen een gezin bent dat er voor kiest om boeddhist te zijn.

Sander en ik hebben beide in Utrecht gestudeerd. Hij deed rechten. We kenden elkaar al als eerste jaars, maar we hadden geen relatie.

Ik vind het leuk dat we allebei, onafhankelijk van elkaar, terwijl we nog niet bij elkaar waren, al bezig waren met boeddhisme. Toen we eenmaal bij elkaar waren, heeft het elkaar eigenlijk alleen nog maar versterkt.

We zijn samen naar een boeddhistische cursus gegaan. Dagpo Rinpochee gaf les in het Maitreya Instituut, dat toen nog in Maasbommel stond, in 1984 of 1985.

In 1986 zijn we getrouwd. Als ik om me heen kijk, zie ik wel dat het heel kostbaar is om beiden boeddhist te zijn. In het leven van alledag denk ik dat het heel normaal is, maar het is natuurlijk fantastisch. Als Sander of ik een retraite wil doen, dan willen we er alles voor doen om het voor de ander mogelijk te maken, omdat je je realiseert hoe belangrijk het is. Ik denk dat je vooral zal opbreken, als je in een niet-volledige boeddhistische situatie leeft.

Weet je wat zo stom is nu ik er achteraf op terugkijkt? Als ik mijn leven van nu ervaar, zo ontzettend druk met kleine kinderen, dan realiseer ik me wat ik toen een vrije tijd had! Nu denk ik oh, wat een kostbare tijd was dat!. Wat ben ik dwaas geweest. Nu realiseer ik me hoeveel kansen ik toen had. Misschien is dat een van de goede dingen van kinderen hebben, dat je je realiseert hoe kostbaar het is als je in de gelegenheid bent om Dharmalessen te volgen, tijd te hebben om te studeren! Maar toen realiseerde ik me dat nog niet. Je denkt dan dat je het eeuwige leven hebt.

Achteraf denk je dat je je kostbare tijd eigenlijk verspild hebt?

Niet verspild, want je doet heel veel andere dingen die je op dat moment ook nodig hebt. Alles komt toch op z'n tijd. Je kan het ook niet overhaasten. Als ik iets geleerd heb door alles wat er tot nu toe gebeurd is, dan is het wel, dat ik me enorm bewust ben van het belang van vrijheid. Hoe belangrijk het is om tijd te hebben om een retraite te doen, naar een Dharmales te gaan of naar een cursusweekend op het Maitreya Instituut. Nu zijn dat voor mij echt geschenken. Ik vind het ongelofelijk dat ik dat kan meemaken. Wat ik vroeger veel minder had is, dat als ik iets hoor of lees, vooral van een leraar waar ik een connectie mee heb, dat het dan recht naar mijn hart gaat. Dat heeft zoveel kracht gekregen.

Laatst heeft Geshela uitgelegd dat het Tibetaanse woord 'däl' in 'däl djor', (vertaald als vrijheden en rijkdommen van het kostbare mensenleven) letterlijk betekent: 'de gelegenheid hebben'.

Ja, dat herken ik. Gelegenheid hebben. Nu is het nog zeven dagen per week klaar staan voor mijn kinderen. Ze zijn nog zo van me afhankelijk. Natuurlijk kun je wel wat regelen met oppas en dan kun je eens een dag weg.
In het dagelijks leven probeer ik het intensieve zorgen voor de kinderen als een beoefening te zien. Maar in mijn achterhoofd leeft de wens ooit weer met enige regelmaat retraites te kunnen doen. Ik hoop dat mijn beoefening van nu een zuivering daarvoor is, die de weg daarvoor vrij maakt op een natuurlijke manier. En dat ik die kans dan zal aangrijpen, omdat ik die nu pas op zijn waarde kan schatten.

Ik neem aan dat je op een of andere manier toch wegen zoekt om je boeddhistische gevoelens een plaats te geven in je leven?
Ja, absoluut. Wat ik probeer is het totaal verweven zijn. Het is heel belangrijk voor mij dat ik continu mijn geheugen opfris. Continu, vanaf het moment dat ik opsta, probeer ik bij alles, ook bij de gewoonste dingen waar mijn leven vol mee zit, aardappeltjes schillen enzo, te denken, : ik doe dit, ik drink dit enz. voor het welzijn van alle wezens.

Er zijn momenten geweest, bijvoorbeeld na de Kopan cursus, dat ik dacht, nu zit het er zo bij me in, dat kan ik nooit meer kwijtraken. Maar dat is niet waar. Daar schrik ik wel eens van.
De tegenstroom in mijn leven is zo krachtig. Er zijn zoveel mensen die anders denken, die zo anders leven, dat ik ontzettend sterk in mijn schoenen moet staan om het in mijn hart te houden. Toch is dat heel belangrijk voor me. Altijd is er de eeuwige strijd om op tijd op te staan, wat echt heel moeilijk is, want er zijn veel gebroken nachten. Als de kinderen om acht uur op bed liggen dan denk ik, ha, heerlijk, nou ik. Het toppunt van een avond, het allerheerlijkst vind ik gewoon boven op mijn bed te zitten met al mijn boekjes. Dan doe ik wat yoga, mediteer ik, lees ik Dharmateksten en luister ik naar tapes van Dagpo Rinpochee. Of ik bestudeer een transcript van het Maitreya studieprogramma. Dat zijn voor mij echt hoogtepunten. Gelukkig zijn er een aantal avonden per week dat ik dat kan doen. Het is heel belangrijk om dat vast te houden.
Ik begin de dag altijd met neerbuigingen. Ik merk dat er absoluut een kwaliteitsverschil is in de ochtendmeditaties.
De meditaties van 's avonds zijn niet te vergelijken met die van 's morgens vroeg. 's Avonds ben ik vaak veel te moe.

Hoe laat sta je op 's morgens, hoe ziet je dag eruit?

Meestal sta ik om half zeven op. Ideaal zou zijn om vijf uur, half zes, maar dat gaat niet. Ik lig bijna nooit voor twaalf uur in bed.
De kinderen zijn er al weer om zeven uur. Vanaf dat moment is het racen om iedereen op tijd naar school te krijgen; aankleden eten en dat soort dingen.
Verder zijn de dagen verschillend. Ik geef twee keer per week Engelse les aan een Japanse vrouw. Ik volg een yoga opleiding om yoga docent te worden. Ik zit nu in mijn tweede jaar en het is een vierjarige

opleiding. Dat is ontzettend leuk. Daar moet ik ook regelmatig voor oefenen. Voor mij is yoga een heel mooie aanvulling. Als je de tijd hebt om een paar oefeningen te doen voor je gaat mediteren, zit je beter en concentreer je je makkelijker. Yoga is zo krachtig, het is echt een hele goeie versterking voor je meditatie, die combinmatie van fysieke en mentale kracht.
Verder werk ik voor Rokpa.

Wat is Rokpa?
Rokpa is een stichting, die geld probeert in te zamelen voor onderwijs- en gezondheidsprojecten in Tibet. Dat is opgezet door Akong Rinpochee, een Lama die we hebben ontmoet in China, toen we van 1990 tot 1994 in Beijing in China woonden.
Het is een ongelofelijke man die de helft van zijn tijd in Tibet doorbrengt en de rest van zijn tijd in het Samye Ling klooster in Schotland woont.
Hij heeft een geduld, dat houd je niet voor mogelijk. Het is niet makkelijk om in Tibet te werken. Daar hadden we zo een enorme bewondering voor. Hij gaat zelf alle projecten af die Rokpa ondersteunt en kijkt of alles goed gaat, schrijft verslagen en al die dingen - niet gemakkelijk. Sander heeft een tijdje met hem meegereisd. Hij heeft de projecten gezien en gezien hoe enorm nodig ze zijn. De kinderen in Tibet zijn zo arm en hebben zo weinig mogelijkheden. Velen zijn analfabeet.
Ikzelf ben wel in Tibet geweest, maar niet naar die projecten. In Beijing hebben we een aantal sponsors gevonden, onder andere de Nederlandse ambassade. Er zijn een aantal instanties, die wel wat willen doen in Tibet, maar niet weten hoe je dat zo kunt doen, dat het geld niet direct bij de Chinezen terecht komt. Die waren heel blij met Rokpa. Ook de Nederlandse ambassade wilde graag wat doen in Tibet, maar wilde het geld niet aan de Chinese regering geven. Want dan weet je dat je de onderdrukker helpt. Ze zijn heel blij projecten gevonden te hebben, waar de Tibetanen zelf de vruchten van kunnen plukken. Nederland vindt dat belangrijk.

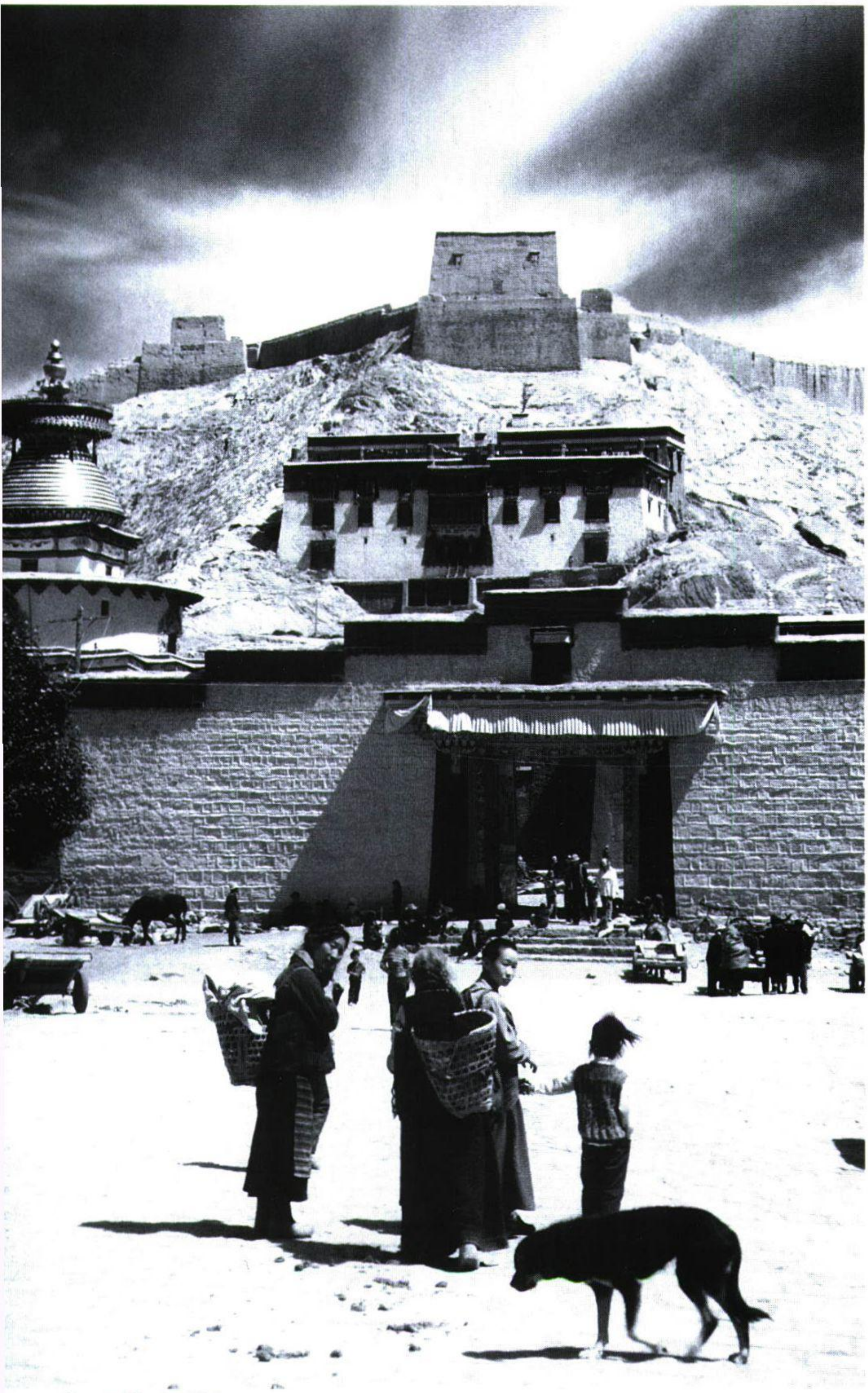
In het algemeen zijn we het er in de vrije wereld toch over eens dat China Tibet gewoon heeft ingenomen. Maar je kan er niet omheen met de Chinezen samen te moeten werken, anders krijg je niks voor elkaar. En dat is het goede van Akong Rinpochee, die heeft wel de goede contacten, met de Chinezen en weet hoe met ze samen te werken.

Wat voor projecten heeft hij?
Hij ondersteunt veel scholen en klinieken. Alles wat hij doet is erop gericht de Tibetanen een kans te geven een eigen beroep te leren, dus in hun eigen levensonderhoud te voorzien. Daarvoor zijn die scholen heel belangrijk. Omdat op heel veel Chinese scholen die nu in Tibet zijn, geen Tibetaans meer wordt gegeven. Dat is natuurlijk verschrikkelijk, als je eigen taal niet meer geleerd wordt.
De scholen die door Akong Rinpochee opgezet zijn, zijn niet in de grote steden, waar alle Chinezen wonen, maar op het platteland, waar heel veel Tibetanen wonen. Hij heeft scholen opgezet voor nomaden - echte nomadenscholen dus en voor Tibetaanse weeskinderen. Er wordt ook Chinees gegeven op die scholen, dat moet gewoon. Als je geen Chinees kent kom je niet ver. Maar de eigen taal is natuurlijk heel belangrijk om de eigen cultuur in stand te houden.
In het begin waren leraren ontzettend schaars. Ik weet niet precies waar hij ze vandaan haalde. Nu leidt hij ze zelf op. De eerste mensen die de opleiding hebben afgemaakt, gaan nu lesgeven. Dat is al een aantal jaren bezig.

Hij is zelf arts en besteedt ook veel aandacht aan de geneeskunde. Hij heeft opleidingen opgezet in de Tibetaanse geneeskunde. Dat is iets geweldigs want heel veel van die mensen wonen in afgelegen gebieden. Als iemand daar ziek wordt, moeten ze een paar dagen reizen voor ze bij een dokter zijn. Zelfs voor hele simpele dingen, die genezen zouden kunnen worden met weinig middelen.

Hoe pakt hij het zo aan dat hij dat voor elkaar krijgt? Dat lijkt me niet makkelijk.
Het mooie is dat hij niet van buitenaf oplegt wat de Tibetanen nodig hebben. Het is steeds in samenwerking met de lokale gemeenschap zelf. Er komt een verzoek van de mensen uit die plaats om te helpen met een bepaald project. En dan helpt hij.
De gemeenschap zelf moet ook een aantal dingen opbrengen. Hij speelt niet alleen voor Sinterklaas. Ze spreken heel precies af wat de gemeenschap zelf levert, bijv een gebouw of een bijdrage van 50% van de kosten. Zodat het hen ook veel waard is dat het goed loopt.
Vaak als je alleen maar geeft, zeggen mensen bedankt, maar zien ze de waarde er niet van in.

Verder heeft hij een geweldig geduld; ik ken weinig mensen die zo veel geduld hebben als hij. Hij kent ook heel goed de Chinese manier van werken en die is ontzettend frustrerend. Soms heeft hij een 'permit' nodig om een bepaald gebied te kunnen bezoeken en dan laten ze hem gewoon, echt waar, een maand wachten. En hij zit dan gewoon een maand lang te wachten in een hotelkamer. Wie kan dat opbrengen? Wie doet dat? Hij is zo'n bijzondere man.
Hij is zo enorm praktisch en heeft zoveel daadkracht. Omdat hij zo



Gyamtse Klooster, Tibet

praktisch is, weet hij dat hij met de Chinezen moet samenwerken, onder andere met het Tibet Development Fund, een NGO.
Het is ook een heel spannend spel, want hij doet toezeggingen aan de Chinezen dat hij op een bepaald tijdstip met zoveel geld zal komen en als hij dat niet waar kan maken, kan hij in de gevangenis komen. Dus het is een heel risicovolle onderneming. Maar zo werkt hij.

Waar haalt hij het geld vandaan?
Rokpa heeft vestigingen in elf landen in Europa, waaronder in Nederland. Die doen fondswerving voor hem.

Sander is met grote projecten bezig voor die fondswerving. Hij praat met Ministeries en werkt samen met de ambassade in Beijing. Hij helpt mee om voorstellen te maken en dergelijke. Ik werk met Alix Royer en de familie Kersbergen aan wat kleinere projecten. We hebben een hele groep mensen aangeschreven - op de een of andere manier kom je aan heel veel adressen, ook via persoonlijke relaties, rijke tantes enzo. Dan is er iemand die je kent en die is bereid om wat te geven. Je merkt in Nederland dat mensen graag geld willen geven aan een goed doel.

Voor mij is het een beoefening van vrijgevigheid, vooral van mijn kostbare tijd om hier wat te doen voor Rokpa. Ook een soort vergoeden van de goedheid van mijn kostbare leraren, die mij zoveel gegeven hebben. We hebben zoveel aan Tibet en de Tibetanen te danken!

Hoeveel tijd neemt dat per week in beslag?
Ik werk er veel te weinig aan, ik denk ongeveer een halve dag per week, tussen de bedrijven door. Maar straks in maart gaat Basje twee ochtenden naar de peuterspeelzaal. Hij is een heerlijk ventje, maar hij vraagt zo je aandacht de hele tijd. Ik kan nog geen drie regels lezen als hij er is.

Waarom ben je boeddhist geworden?
Iedereen is op zijn eigen manier op zoek - totdat het moment aanbreekt dat je herkenning vindt in de trant van: 'dit is het'. De hele benadering van het boeddhisme trok me aan. Het bleef niet bij dat idee van de eigen verantwoordelijkheid, ik ging verder lezen en zoeken. Wat ik bijvoorbeeld geweldig vind is dat er geen dogma's zijn. Een van de dingen die Boeddha zei is: 'geloof niet wat ik zeg, maar wees kritisch alsof je goud koopt op een Indiase markt.

Weeg het, kijk ernaar en bijt erin en kijk er heel kritisch naar, werkt het voor jou?'. De Dalai Lama zegt dat bijna bij elke les die hij geeft. Dat vind ik een prettige benaderingswijze. Niet van je moet mij geloven en als je me niet gelooft ga je naar de hel.

Ben je zo opgevoed?
Helemaal niet. Hoewel mijn vader uit een heel katholiek nest komt, heeft hij dat op een gegeven moment helemaal verlaten. Mijn moeder begon pas heel serieus met het Jodendom toen ik al op kamers was.

Heb je dat gemist in je opvoeding?
Het gekke is dat je niet zo kijkt. Het is er gewoon niet.
Later ga je zelf op zoek. Als ik nu naar mijn kinderen kijk, denk ik wel eens dat ze aan de ene kant een voorsprong hebben met boeddhistische ouders, maar ik ben heel benieuwd wat zij ermee gaan doen. Het kan net zo goed dat zij later zeggen: 'ik geloof hier niets van', en een andere kant opgaan. Dat weet je niet. Nu zijn ze enorm geïnteresseerd, maar je weet toch nooit hoe ze dat oppakken.

Hoe doen jullie dat met de kinderen?
Heel natuurlijk. Er is bijvoorbeeld een boekje "de kikker is dood", waar een stuk in voor komt, waar een beestje dood gaat. Daar komen dan heel veel vragen over. Dan vertel ik ze precies hoe ik erover denk.
Vandaag kwam ik toevallig een vriendin tegen wiens oma was overleden. Zij heeft twee kindjes van vier en drie. Ze zat heel erg te dubben of ze de kinderen mee moest nemen naar de begrafenis. Het jongetje had echt contact met haar gehad en was erg boos op die oma dat ze nu weg was. Ze vond het zo'n harde confrontatie om hem mee te nemen naar de begrafenis.
Zo zou ik dat nooit doen. Natuurlijk zou ik ze meenemen, waarom niet? Dat is toch ook een deel van het leven? Het kost me geen enkele moeite om daar met ze over te praten.

Ik zeg daarmee niet dat ik niet bang ben voor de dood. Het is natuurlijk de grote onbekende en ik heb geen idee hoe sterk mijn geest is op het moment van sterven. Maar ik werk eraan en ik zal het nooit van mijn kinderen weghouden. Het hoort erbij. Dood gaan hoort bij het leven en je komt ook weer terug.
Maar je moet het kinderen wel heel goed uitleggen. Dat het bijvoorbeeld niet oma is, die daar straks verbrand wordt, alleen haar overblijfselen. Anders heeft een kind natuurlijk nachtmerries.
Maar de meeste mensen hebben niet zo'n duidelijk idee over de dood. Als je als ouder niet religieus bent, leef je zelf ook in het luchtledige, weet je niet wat voor antwoorden je moet geven op zulke vragen. Ik heb iets om op te varen. Niet dat het daarom niet minder spannend voor mijn kinderen is, het is toch de grote onbekende, maar je gaat er normaler mee om, denk ik.

Zijn er bepaalde dingen die je kinderen moeten doen? Neerbuigingen of zo?
Ze moeten niets. Maar als wij het doen, doen ze soms mee in het weekend. Loesje heeft een heel leuk altaartje aan het hoofd van haar bed. Ze heeft een heel mooi boeddha beeldje van Lama Zopa gekregen wat op het altaartje staat. Als ze wel eens nachtmerries had, legde ik haar uit dat het goed is om aan Tara of aan Boeddha te denken - zij heet ook Tara. En te denken dat die boven haar hoofd zit en licht naar haar uitstraalt. Dat dat het dan heel mooi licht wordt en dat ook de 'boeven' helemaal licht worden. Dat het gevaar daardoor helemaal opgelost wordt, dat die boeven lief worden door de Boeddha. Dat werkt fantastisch. Maar dat beeldje mag ik dus absoluut niet meer weghalen, want zonder dat beeldje wil ze niet slapen. Dat vind ik heel mooi. Als je zou zeggen Boeddha jaagt die boeven weg, dan zitten ze nog wel ergens in het donker. Terwijl als je zegt Boeddha maakt jou licht en hij

Koosje van der Kolk

Sandra met Sander en kinderen

maakt hen licht, dan is de angst ook helemaal weg. Dat probeer ik ze te leren.

En mediteren bijvoorbeeld?
Eigenlijk nog niet echt. Ze zijn nog erg jong, zes, vier en twee jaar. Neerbuigingen doen ze mee, yoga doen ze mee en offergaven klaarmaken vinden ze enig. Dan zoeken ze allemaal lekkere dingen om neer te leggen. Ook wierookstokjes vinden ze fantastisch en waterbakjes. Nee, je wilt ze absoluut niets opdringen. Als ze wat vragen - en kinderen kunnen dat zo mooi - dan leg je het ze uit, misschien in iets andere bewoordingen uit, maar ze kunnen het heel goed begrijpen en ermee werken.

Hoe belangrijk is het Maitreya Instituut voor jou?
Heel belangrijk. Vooral als onderdeel van de FPMT over de hele wereld. Ik vind het zo belangrijk dat er zo'n netwerk is die zulke fantastische activiteiten verricht. Ik ben momenteel helaas niet in de gelegenheid om vaak naar cursus weekenden te gaan, maar ik volg de cursus schriftelijk, als huisstudent. Ik ga natuurlijk lang niet zo snel als op het Maitreya Instituut, maar dat vind ik niet zo erg; al doe ik er tien jaar over. Ik vind het fantastisch dat het er is en ik grijp elke kans aan die ik heb. Dat is een van de redenen waarom ik het zo heerlijk vind om in Nederland te wonen, omdat er een FPMT centrum is. We kijken nu al uit naar een plaats waar een FPMT centrum is, ingeval we over anderhalf jaar weer uitgezonden worden. Misschien gaan we naar Singapore - het lijkt me een saai land, het is er allemaal zo goed georganiseerd en zo schoon. Maar er is een centrum, dus ik vind het niet erg om daarheen te gaan.

Hoe ging je leven verder in grote lijnen. Je kwam in 1984 op het Maitreya Instituut, je trouwde en toen?
Voor mij was het bezoek aan het Kopan klooster in 1989 een hoogtepunt. Dat was zo'n eye-opener. Voor mij betekende dat helemaal ondergedompeld worden zonder afleidingen en alle tijd hebben om onderricht te volgen, om te studeren, om te mediteren, om retraites te doen. Ik heb het echt ingezogen en vond het fantastisch. In 1991 zijn we er nog eens heengegaan toen Loesje, onze oudste dochter twee jaar was en ik zwanger was van Laurens. We gingen om de beurt naar de lessen. Dan is het toch minder intens.

In 1989 zijn we ook nog naar Bodhgaya geweest. Zijne Heiligheid de Dalai Lama zou komen. Hij zou een Kalachakra initiatie geven, maar hij kwam niet. Toen hebben we Kalachakra onderricht van Kirti Tsenshab Rinpochee ontvangen, twee weken lang. Als ik er nu nog aan denk, twee weken les!! Toen kon het.

Woonde je toen in Nederland?
We woonden toen in Hongkong en waren op weg naar China.
We zijn in 1986 op een zaterdag getrouwd en de maandag daarop naar Taiwan vertrokken, met de bedoeling daar een jaar te blijven. Sander heeft na zijn rechtenstudie Chinees recht in Londen gestudeerd en we besloten dat het goed was om Chinees te leren. We besloten dat in Taiwan te gaan doen. We hebben daar aan de universiteit gestudeerd. Door het geven van Engelse les voorzagen we in ons levensonderhoud. Dat was een heel leuk jaar.
Neil Huston, een Australische monnik was net bezig een FPMT centrum op te zetten in Taiwan, toen we er pas woonden. Nu loopt dat als een tierelier, maar toen was het nog heel klein en moeizaam. Wij waren daar vanaf het begin bij en waren hele trouwe discipelen. Neil is echt een ontzettend goede leraar. (Nu zit hij in het Nalanda klooster in Frankrijk. Ik heb hem heel lang niet gezien). Elke zondagmiddag gingen we naar de les in een klein appartement en daar zaten wij met een paar Chinezen (lacht). Dat was het begin. Lama Zopa gaat er nu vaak heen.
Omdat we er allebei werk vonden, bleven we er langer. Het plan was om na drie jaar weer terug te gaan naar Nederland. Sander werkte voor Baker & Mackenzie, een advocatenkantoor. Maar toen werd hij 'geheadhunt' door de Amro Bank om naar Beijing te gaan.

Eerst hebben we een jaar in Hongkong gewoond. Daar was ook een Dharma centrum, bij Peter en Nicole Kedge in hun appartement. Nu is er een aparte sectie voor de Hongkong-Chinezen en voor Westerlingen, maar toen waren er allerlei activiteiten gezamenlijk. Er werd onderricht gegeven en er waren activiteiten zoals het vrijkopen van dieren die op het punt stonden geslacht te worden. Die dieren werden dan vrijgelaten. We hebben zo'n ceremonie ook eens meegemaakt toen Lama Ösel in Hongkong was. Hij was toen een jaar of drie.

Waar we ook zaten, er was op dat moment altijd een actief centrum, heel bijzonder.

En toen Beijing?
Beijing is weer een heel ander verhaal. We gingen er vrij naïef naar toe. Ik geloof dat je als Nederlander bijna niet kunt begrijpen hoe de dictatuur daar werkt. Heel griezelig. Heel langzaam begin je te begrijpen hoe zwaar die censuur is en hoe zwaar die dictatuur eigenlijk is.
In het begin denk je dat het nog wel mee valt en merk je er niet veel van. Er lopen geen politieagenten met mitrailleurs op

straat. De buitenlanders wonen allemaal gezellig bij elkaar. Als buitenlander woon je in een compound, een bewaakt terrein met een groot hek erom heen en 24 uur bewakers.

Hier kom ik geen leraar tegen dacht ik. Er is natuurlijk geen FPMT centrum in Beijing. Maar toen we er net woonden, kwamen we via via in contact met een Tibetaanse jongen, die ons in contact bracht met een Tibetaanse abt van een klooster in Beijing. Die hebben we bij ons thuis uitgenodigd om les te geven. Daar hadden we ook Chinese vrienden bij uitgenodigd. En dat is dus ontzettend gevaarlijk, We kwamen er pas na een tijdje achter hoe gevaarlijk het was om betrokken te zijn bij het Tibetaans boeddhisme, daar hadden we toen nog geen idee van. Je kunt er het land voor uitgezet worden. En dat is niet wat je werkgever van je wil, dat je om zo'n reden de aftocht moet blazen!
Het gevaar zit 'm er in dat je er Chinezen bij uitnodigt. Als het alleen om buitenlanders gaat is het nog niet zo erg, maar zodra je er Chinezen bij betrekt, worden ze heel kritisch. De bewakers lopen continu rond op de compound, 24 uur per dag, er ontgaat ze niets. Dus als er een monnik in rode pij binnenkomt, wordt dat echt wel geregistreerd.
Maar het is allemaal goed afgelopen. We hebben een paar keer een onderricht van hem ontvangen. Heel elementair onderricht, maar het was heel bijzonder om onderricht te ontvangen van een Tibetaan die in China woont.

Ook hebben we Bakula Rinpochee, een reïncarnatie van een van de zestien arhats, ontmoet. Hij is ambassadeur van India in Oelan Bator, Buiten Mongolië. Elk jaar zegt hij dat hij ermee stopt, maar elk jaar knoopt hij er weer een jaartje aan vast. Hij is er nu nog steeds. Later is Bakula Rinpochee ook in Beijing geweest en heeft hij in ons huis een Yamantaka initiatie gegeven. Echt waar! Er was een heel klein groepje mensen. Ongelofelijk, helemaal ongelofelijk. Ja, dat zijn van die dingen die gebeuren, wonderbaarlijk.

Onlangs heeft de Dalai Lama in Oelan Bator, Mongolië een Kalachakra initiatie gegeven. Daarvoor is hij er ook geweest en heeft hij een Tara initiatie gegeven. Daar waren wij ook bij. Dat was fantastisch om mee te maken. Ik snapte er natuurlijk niets van, want er was geen Engelse vertaling. Maar het was al fantastisch om daar te zitten tussen al die Mongolen. Het was een heel groot veld vol mensen. Het zag eruit als miljoenen. Zijne Heiligheid de Dalai Lama zat op een grote tribune. Op een gegeven moment werd het zelfs gevaarlijk, omdat er geen dranghekken waren en iedereen tegelijk naar voren wilde. Het werd een beetje wild. Maar er zijn geen grote ongelukken gebeurd.

Hoe heb je het ervaren om in Beijing te wonen?
De Chinese mentaliteit is erg moeilijk, althans op het vasteland van China. Ik denk dat zoveel jaren communisme zijn tol heeft geëist. Mensen kunnen heel onverschillig zijn. Als je in winkels komt en vraagt om iets te mogen bekijken, smijten ze het je in het gezicht en kijken ze je niet aan, heel onbeschoft. Ze zijn nooit bereid hun nek voor je uit te steken. Altijd verschuilen ze zich achter anderen, je kunt nooit aanwijzen wie dit of dat gedaan heeft. Nooit nemen ze verantwoordelijkheid. Er zijn zulke ondoorzichtige machts structuren. Als je de geschiedenis van het land ziet, begrijp je wel dat de mensen zijn zoals ze zijn. Het is een verschrikkelijk moeilijk land met een moeilijke geschiedenis en enorm veel ellende en wreedheden. Zo kort geleden nog.
Maar het is ontzettend moeilijk om er te wonen als Nederlander. Wij willen graag weten waar we voor staan, maar wat wij eerlijkheid noemen, noemen de Chinezen bot. Elke keer waaien ze met de wind mee. Al dat gedraai, daar moet je mee leren omgaan. Ik noem het gedraai, maar voor hen is het beleefdheid.
Natuurlijk zijn er ook hele aardige dingen die me zijn opgevallen; ik heb hele bijzondere mensen ontmoet. Als je persoonlijk met iemand bent is die anders dan in een groep.
In Beijing was een grote internationale gemeenschap. Omdat er maar weinig amusement en bioscopen waren, organiseerden de westerlingen zelf veel. Ik zat bij een Franse club, een cultuurclub, die uitstapjes naar mooie tempels in de buurt organiseerde. Je kon prachtige stadswandelingen maken door kleine oude straatjes en daar echt schatten ontdekken. Daar genoot ik van.
Al met al was het een fantastische ervaring, maar na vier jaar was ik blij weer weg te gaan. We gingen terug naar Nederland en wonen sindsdien in Bussum.

Hoe was het in de beginperiode om boeddhist te zijn en hoe is het nu om boeddhist te zijn? Zit daar een evolutie in?
Ja, daar zit een evolutie in, in de zin dat het zich verdiept, Als ik me terugkijkend afvraag of ik iets bent opgeschoten, of mijn geest nu gelukkiger is, of ik wat meer altruïstisch ben geworden, dan zie ik eén ding heel duidelijk. Als ik nu ook maar iets lees, als ik nu even tijd heb om te mediteren, dan heeft dat zo'n impact, dan is dat zo krachtig. Als ik dan een paar regeltjes lees van een leraar waar ik een connectie mee heb, bijv. van Lama Zopa Rinpochee of Dagpo Rinpochee, dan gaat dat

Op bezoek bij de Dalai Lama

meteen naar mijn hart. Dan draag ik dat bij me in mijn hart. Dat is heel krachtig. Ik vergeet het wel weer, continu moet ik het opnieuw opfrissen, maar toch is dat heel krachtig.

Wat betekent toevlucht voor je?
Toevlucht is voor mij 'sanity'; hoe vertaal je dat? Gezondheid van geest?

Ik denk vaak na over de gekte van de wereld, ik word daar vaak mee geconfronteerd. Er is zo weinig wijsheid om je heen, tenminste, in mijn wereld. Kijk hoe de meeste mensen leven, kijk naar de tv. Dat is toch triest om naar te kijken, al die stupide reclame bijvoorbeeld. Als je dit neemt, dan word je echt gelukkig. We moeten nog rijker worden en dan nog rijker en nog rijker en dan zullen we echt gelukkig zijn. Dat sterke geloof dat we maar altijd achter onze verlangens aan moeten hollen. Misschien word ik daar in het Gooi wel extra mee geconfronteerd, ik weet het niet. De mensen zijn hier zo rijk in zo'n volkomen klein wereldje. Ik word daar heel veel mee geconfronteerd

Toevlucht is voor mij dat waar we 's morgens en 's avonds heel sterk aan denken, de Drie Juwelen, in wie we toevlucht nemen. Voor mij betekent dat die 'sanity' proberen vast te houden. Dat is waar het om gaat.
Er is heel weinig wat me daarbij helpt, maar heel veel wat me daarvan af wil halen. Ik moet oppassen met de vrienden die ik kies, de mensen die ik zie. Toevlucht is daarbij een baken. Als het goed is zit toevlucht ook in je hart, hè?

Wat betekent goeroe-devotie voor je?
Hetzelfde verhaal eigenlijk. Het is mijn levensbaken, mijn 'sanity'. Vooral als ik mijn herinnering weer heb opgefrist door een bandje te beluisteren of wat te lezen. Bijvoorbeeld op een dag voel je je wat geïrriteerd. Maar de irritatie ebt vanzelf weer weg als ik dan denk aan Dagpo Rinpochee. Dan hoef ik niet meer te denken, 'ik moet niet kwaad worden want dat heeft slechte gevolgen'. Het lost vanzelf weer op.
Goeroedevotie betekent voor mij proberen iedere dag tot een offergave te maken, rond de dagelijkse activiteiten proberen er Dharma in te brengen.

Heb je geloften genomen? De lekengelofte bijvoorbeeld? Is dat een steun voor je of heb je daar ook last van?
Ik heb ze niet allemaal genomen. Je hebt daar ook niet zo heel vaak de kans voor. Gebeurt het vaak op het Maitreya Instituut?

Je kunt erom verzoeken. Als je geloften wilt nemen kun je erom verzoeken.
Toen ik in Kopan was heb ik de geloften ontvangen van Lama Lhundup. Hij formuleerde het voorschrift om geen alcohol te drinken als volgt: 'je moet niet drinken uit gehechtheid, maar als er een gelegenheid is waar iedereen gaat toasten, bij een huwelijk bijv, hoef je een glaasje niet af te wijzen. Je weet zelf wat

je kan hanteren. Het is niet de bedoeling dat je in je eentje gaat drinken, maar het is ook niet 100% nodig dat je nooit een druppel alcohol tot je neemt'. Ik vind dat een mooie uitleg, zo kan ik die gelofte heel goed houden. Ik drink bijna geen alcohol meer. Ik houd er ook niet meer van, maar soms is het gewoon heel bot om te weigeren, dan is het heel feestelijk, juist voor anderen, als je wel een slokje kunt drinken.

Ik denk niet zo vaak aan de lekengelofte, ik vind ze zo heel natuurlijk, dat het vanzelf gaat me eraan te houden. Ik neem wel vaak de Mahayana voorschriften voor eén dag, vaak bij het eerste kwartier, volle maan en nieuwe maan. Dat is een enorm goede hulp om oplettendheid te ontwikkelen.
Weet je wat ik in het begin het moeilijkste voorschrift vond? Om niet te zingen. Met mijn kindertjes om me heen, die komen thuis met liedjes van school geleerd. Dan zeggen ze 'mam, heb je dit liedje al gehoord?' En voor je het weet, zing je een bekend liedje mee. Nu merk ik dat ik wil gaan zingen en dat het er dan toch niet uit komt. Dat is toch leuk?

In de omgeving waar ik nu woon, het Gooi is het ook raar om geen oorbellen te dragen of geen make-up op te hebben. Als ik het doe, doe ik het vrij streng en dan zeggen de mensen 'wat zie je er slecht uit, slaperig' Dat is wel eens moeilijk. Maar ik vind dat totaal niet belangrijk, gewoon wel grappig. Dan denk ik: 'ja een aapje moet toch een gouden ringetje'.

Geven de voorschriften je een blij gevoel?
Zo blij, zo 't einde. Dat maakt me intens gelukkig.

Ben je bang voor de dood?
Ja, echt wel hoor. Ik heb genoeg naar onderricht van Lama Zopa over de hellen geluisterd om daar toch wel een goede angst voor te hebben. Ik zie nog een heleboel negativiteit in mij. Dus ik ben niet zozeer bang voor de dood, meer voor wat er na komt. Het gevaar wat je loopt om een slechte wedergeboorte te krijgen.
Wat ik ook begrepen heb is dat het zo ontzettend belangrijk is om precies op het moment van sterven een heilzame geest te hebben. Dat is beslissend voor je volgende geboorte. Ook al ben je heel je leven altruïstisch geweest, als je op het moment van sterven heel kwaad bent, dan ga je. Nou zo gerealiseerd is mijn geest nog lang niet, dus ik heb alle reden om bang te zijn.

En wat doe je daar aan?
Ik blijf gewoon doorgaan met mijn beoefeningen.

Ben je bang voor dood gaan?
Bedoel je het afscheid nemen van anderen?

Ja, en het afscheid nemen van je lichaam.
Ik denk net zoveel als de meeste mensen, jij?
Al je dierbaren, je kindjes. Voor Sander ben ik minder bang, die is zo sterk, die redt zich wel, maar mijn kindertjes moeten toch eerst nog even wat groter zijn hoor.

Wat begrijp je nog steeds niet van de boeddhistische filosofie?
Het eerste wat je natuurlijk te binnen schiet is het begrip van de leegte. Er is ongetwijfeld nog heel veel dat ik niet of oppervlakkig begrijp.

Wat maakt de Lam Rim cursus tot een uniek gebeuren?
Dat weet ik niet. Ik vind het zo'n reclame-vraag. Wil je daar mee gaan adverteren, met het beste antwoord?

Wat zijn de nadelen om boeddhist te zijn?
Geen. Niet één. 0,0. Nee, echt niet. Weet jij er dan één? Wat zou er in godsnaam het nadeel van zijn?

Heb je nog een advies aan de lezers van het Maitreya Magazine?
Ik kan daar eigenlijk alleen op zeggen wat voor mezelf een advies is. Probeer de Dharma telkens te verversen in je geest. Elke keer weer herhalen, verdiepen, en weer dieper en meer. Neem er tijd voor. Ik denk dat heel belangrijk is dat je er de tijd voor neemt en er veel andere dingen voor opzij zet. Het is heel belangrijk dat je de tijd neemt om te studeren, om te mediteren. De neiging om onbelangrijke dingen voor te laten gaan is er heel sterk. Het lijkt ook allemaal zo belangrijk, die samsarische dingen; die wereldse zaken trekken zo hard aan je. En dan lijkt het zo'n overdreven luxe om op je kussentje te zitten, terwijl je boodschappen moet doen, moet stofzuigen, schoonmaken. Je bent geneigd in de vaart van de dag je prioriteiten even te vergeten.
Ik betrek dat puur op mezelf hoor en hoop dat iemand anders daar wat in herkennen kan. Ik voel me niet in een positie om te zeggen 'zo moet het'.
De Dalai Lama adviseert om te proberen 50% voor dit leven en 50% voor het volgende te leven. Als je eens kijkt naar je dag, hoe die er voor jou uit ziet, dan ben je toch wel heel veel tijd bezig met - symbolisch gezegd boodschappen doen.

En boodschappenlijstjes te maken terwijl je mediteert.
Ja precies, terwijl je mediteert.
Voor mij is heel erg belangrijk om telkens weer herhalen, beoefenen tot je hart ermee doordrenkt is.
Zoals de Zevende Dalai Lama schrijft in dat prachtige gedicht: 'Doordrenk je geest met Dharma'.

Interview: Koosje van der Kolk.
Transcript: Rob Bastiaans.

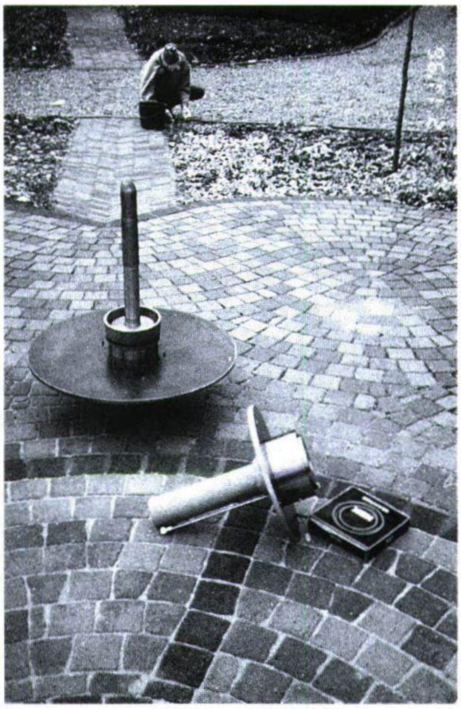
DE VORDERINGEN VAN HET GEBEDSWIEL

Tijdens het bezoek van Lama Zopa Rinpochee, het spiritueel hoofd van de FPMT en het Maitreya Instituut, in november 1996 aan ons centrum, informeerde hij als eerste naar de vorderingen van het gebedswiel. Vervolgens vroeg hij naar het aantal mantra's waarmee het wiel zal worden 'opgeladen'. Dit illustreert het grote belang dat Lama Zopa hecht aan de totstandkoming van ons gebedswiel met zoveel mogelijk mani mantra's voor het welzijn van het centrum, de studenten, omwonenden (zowel mensen als dieren) en iedereen in Nederland. Zolang het gebedswiel er zal staan en blijven staan en er aan gedraaid wordt zullen velen hierbij op bijna onbeschrijflijke wijze gebaat zijn, zelfs generaties na ons. Vandaar dat we werken aan een zo stevig en duurzaam mogelijke constructie. De afgelopen maanden zijn er weer vorderingen gemaakt waarover wij jullie hierbij graag informeren.

Op de eerste plaats is het draaiplateau, waarop de gebedsmolen zal worden gemonteerd, gereed gekomen. Het is alleen aan de onderkant gelagerd zodat de molen vrij komt te staan. Zelfs met 4 zware mannen op het plateau bleek het gemakkelijk te kunnen draaien.

Ten tweede; voordat we buiten beginnen aan de afbouw van het gebedswiel en het vullen met mantra's zal eerst een dak erboven worden geconstrueerd op 8 palen volgens een ontwerp van Frank Drees. Hij heeft deze constructie nu in detail uitgewerkt en getekend (zie de tekening in de hal van het cursusgebouw). Een lasser gaat er nu verder mee, waarna de stalen prae-fab constructie ter plaatse in elkaar gezet kan worden. Dan nog het houten dakje en de dakbedekking erop en het huisje is klaar. Het schilderen zal later gebeuren.

Ten derde is er in de hoek van de hal in het cursusgebouw een begin gemaakt met het bevestigen van de koperen platen met de mantra's in relief die uit Nepal zijn gekomen en de boven en onderkant van de cilinder. Er wordt ook binnen gewerkt aan de middenpaal die als een ruggengraat door het midden zal lopen en waaromheen de mantra's zullen worden opgerold. Vervolgens komen de mantra's. Als het werk zoals hierboven beschreven is voltooid kunnen ze in de cilinder worden geplaatst. Volgens de laatste instructies van Lama Zopa zullen er eerst om de middenpaal of shushuma rollen papier met mantra's gewikkeld worden, waarna de microfilms hier overheen worden gewikkeld. Als deze grote klus geklaard is kan het grote gebedswiel in beweging worden gezet.



Koosje van der Kolk

De as van het gebedswiel

Maar..., we hebben nog steeds jullie hulp nodig voor de realisatie van het gebedswiel en wel om twee redenen. Allereerst zoeken wij mensen die mee willen helpen met het vullen van het wiel met de mantra's op papier en op film. Dit kan wel een week in beslag nemen zelfs als er een motortje wordt gebruik voor het winden om de middenpaal. We hopen hiermee begin juli te kunnen beginnen.

En verder hebben we de benodigde financiën helaas nog niet helemaal bij elkaar. De kosten van het wiel, het huisje en de lagering vallen al F 2000,- hoger uit dan de ontvangen donaties hiervoor. Voor de microfilms hebben we F 3700,- ontvangen. Eenzelfde bedrag is nog nodig voor dit onderdeel. Daarbij komt nu onverwacht nog een flink bedrag voor de papieren mantra's omdat de cilinder geheel gevuld dient te zijn. Alles tezamen hebben we nog zo'n f 17.000,- nodig om het project af te ronden.

Gezien het belang dat Lama Zopa Rinpochee hecht aan dit gebedswiel en in de wetenschap dat het welzijn van vele wezens hierbij gebaat is, vertrouwen wij erop dat alles in orde komt en zien wij uw donaties dan ook van harte tegemoet. U kunt bij uw overboeking vermelden: Gebedswiel of microfilms. Onze bank- en girorekeningen vindt u achterin dit magazine.

Rest ons nog al degenen te bedanken die hun bijdragen aan dit project leverden en de enorme hoeveelheid gecreëerde positieve energie toe te wijden aan de spoedige materialisatie van het gebedswiel voor het welzijn van alle voelende wezens.

Door: Inge te Velde en Margot Kool-Stumpel

MISSION STATEMENT MAITREYA INSTITUUT

Iedere organisatie die boven het `huiskamerniveau' uitgroeit dient tegenwoordig voorzien te zijn van een `mission statement'. Zo ook dus het Maitreya Instituut. Een mission statement beoogt een aantal zaken bondig samen te vatten:

- de reden van bestaan van de organisatie
- haar doelstellingen
- de voornaamste daaruit voortvloeiende taken.

De P.R.-werkgroep van het Maitreya Instituut, bestaande uit Fokje Westerling, Simon de Boer, Sjoerd Haagsma, Koosje van der Kolk, Alix Royer, Sander Tideman en Paula de Wijs, heeft de onderstaande mission statement opgesteld.

Andere taken van de P.R.-werkgroep zijn het ontwikkelen van een marketing-/communicatieplan voor het Maitreya Instituut, het verzorgen van folders en brochures met doelgroepgerichte informatie over Tibetaans boeddhisme en het Maitreya Instituut, het bewerkstelligen van één gezicht waarmee het instituut naar buiten treedt (inclusief het Magazine en publicaties van Uitgeverij Maitreya) en het onderhouden van contacten met in- en externe partijen (media, scholen, andere boeddhistische instel lingen, etc.).

Als u vragen of suggesties hebt, dan wel interesse hebt om hand- en spandiensten op P.R.-gebied te verrichten, kunt u zich wenden tot bovengenoemde leden van de werkgroep.

MISSION STATEMENT

De Stichting `Maitreya Instituut' stelt zich tot doel de studie, het behoud en de overdracht van het boeddhisme te bevorderen in Nederland. Hierbij richt het instituut zich vooral op het boeddhisme zoals het in Tibet heeft bestaan, met name de Gelugschool van Lama Tsong Khapa (1357-1419).

Het Maitreya Instituut maakt deel uit van de Foundation for the Preservation of the Mahayana Tradition (FPMT), een wereldwijd netwerk van boeddhistische centra in 18 landen, opgericht in 1974 door wijlen Lama Thubten Yeshe en thans onder leiding van Lama Thubten Zopa Rinpochee. Het Maitreya Instituut bestaat sinds 1979. Als onderdeel van de FPMT streeft het naar een hechte samenwerking met andere boeddhistische centra in binnen- en buitenland om te komen tot een vruchtbare integratie van de boeddhistische filosofie in de westerse samenleving.

Het Maitreya Instituut staat open voor iedereen die kennis wil nemen van het Tibetaans boeddhisme en wat dit te bieden heeft voor de moderne mens: een eeuwenoude en veelvuldig getoetste traditie van meditatie, psychologie en religie. Hierin staat de Mahayana gedachte - dat wil zeggen, het streven naar de verlichting ten behoeve van alle levende wezens - centraal.

Het Maitreya Instituut verzorgt het hele jaar cursussen onder leiding van Geshe Sonam Gyaltsen, een volledig gekwalificeerde Tibetaanse lama woonachtig op het instituut. Het onderricht wordt direct in het Nederlands vertaald en gaat vergezeld van meditatie en discussie onder leiding van westerse studenten. Ook organiseert het instituut cursussen met andere Tibetaanse meesters en westerse leraren, en biedt het retraitemogelijkheden voor boeddhistische studenten. Door het uitgeven van boeken, een eigen tijdschrift en andere publicaties wordt het boeddhisme voor een breed publiek toegankelijk gemaakt. Op verzoek geeft het instituut ook op andere wijze voorlichting over het boeddhisme. Ten slotte werft het instituut fondsen ter ondersteuning van boeddhistische instellingen en hulpbehoevenden in India, Nepal en Tibet.

Het instituut is genoemd naar Maitreya, van wie de historische Boeddha Sakyamoenie (2500 jaar geleden) voorspeld heeft dat hij de volgende Boeddha zal zijn.

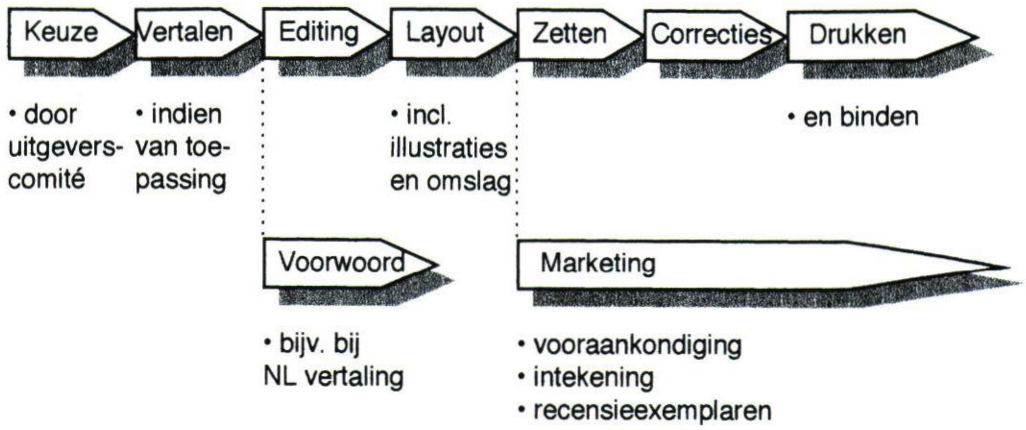
BERICHT VAN DE UITGEVERIJ

Het is ruim tien jaar geleden dat Uitgeverij Maitreya haar eerste publicaties op de Nederlandstalige markt bracht - *Leren Mediteren* door Kathleen McDonald en *Prins Siddharta* van Jonathan Landaw. Dit tweede lustrum, dat overigens in suizende stilte gevierd is, vormt een mooie gelegenheid om wat inzage te geven in de plannen en de werkwijze van de uitgeverij.

Inmiddels zijn ruim zes titels verschenen, het meest recentelijk het foto- en verhalenboek over reizen door Azië *De Glans van het Echte* door Chris van Orden. Er staan voor 1997 diverse nieuwe titels op stapel:

- *Een Lamp voor het Pad naar de Verlichting*, naar onderricht dat in 1980 door Tsenshap Serkong Rinpochee op ons instituut gegeven werd over de gelijknamige tekst van Atisha
- de Nederlandse vertaling van *The Good Heart*, waarin Zijne Heiligheid de Dalai Lama zijn commentaar geeft op fragmenten uit het Nieuwe Testament
- *Boeddhistische symbolen* door Dayab Rinpochee
- *Inzicht in het Tibetaans boeddhisme* door B. Alan Wallace.

Ook zijn er plannen om onderricht van onze eerwaarde Geshe Sonam Gyaltsen in boekvorm uit te brengen.
Oprichter en uitvoerder van het uitgeversbedrijf is Jan-Paul Kool. Zo onderhoudt hij nauwe contacten met Wisdom Publications en andere buitenlandse Dharma-uitgeverijen, maar ook met de vrijwilligers die vertaal-, bewerkings- en redactiewerkzaamheden verrichten, alsmede omslagontwerp, illustraties en layout. De boeken worden behalve in de eigen winkel van het Maitreya Instituut ook verkocht in boekhandels in Nederland en België. Gezien het relatief kleine taalgebied van het Nederlands bedraagt de oplage van onze boeken in de regel maximaal 2000.



Vanuit het Maitreya Instituut wordt de uitgeverij voortaan beheerd door een uitgeverscomité, bestaande uit Jan-Paul Kool, Alix Royer, Sander Tideman en Paula de Wijs. Zij nemen gezamenlijk de beslissingen omtrent wat wel en wat niet uit te brengen en coördineren het hele proces, dat hieronder schematisch is weergegeven.

Wat dit proces betreft, zijn er een aantal zaken waarvoor het uitgevers comité op zoek is naar uw 'input':

- *suggesties voor titels* - komt u boeken tegen in een andere taal dan het Nederlands die het boeddhisme (de Dharma) als onderwerp hebben, en denkt u dat een Nederlandse vertaling in een behoefte zou voorzien, of hebt u weet van teksten of manuscripten op dit gebied die het uitgeven waard zijn, dan horen wij dat graag van u.
- *vertalers* - we komen graag in contact met vrijwilligers (de uitgeverij kan geen honorarium betalen, alleen onkostenvergoeding), die bekend zijn met de Dharma, bewezen capaciteiten hebben op vertaalgebied, vnl. Engels-Nederlands, en die tijd en belangstelling hebben voor dit werk.
- *redacteurs/editors* - we kunnen nog vrijwilligers gebruiken voor het redigeren van manuscripten. Hiervoor is naast een grondige Dharma-kennis een scherp taalgevoel onontbeerlijk, evenals tijd en een goede motivatie.
- *illustratoren* - kunt en wilt u meewerken aan het illustreren van uitgaven of aan het ontwerpen van boekomslagen, dan horen we graag van u.
- *correctoren* - wie met een adelaarsoog teksten kan bekijken op zet- en spelfouten (nieuwe spelling) kan een waardevolle bijdrage leveren in de slotfase.
- *distributeurs* - de ervaring heeft geleerd dat de beste manier om de boeken in de boekhandel te krijgen door middel van 'vertegenwoordigers' is. Op dit moment zit de uitgeverij zonder vrijwilligers voor deze taak.

Wanneer u nog andere vormen van assistentie kunt en wilt aanbieden, houden wij ons natuurlijk ook aanbevolen; Dharma-teksten kopiëren (binnen de beperkingen van het auteursrecht natuurlijk) is één van de tien heilzame Dharma-activiteiten.

Namens het uitgevers comité, Alix Royer.

VERSLAG VAN DE FPMT EDUCATION CONFERENTIE

"FPMT Education 2000: One mandala vision" was de titel van de conferentie die gehouden werd in het Jamyang boeddhistisch centrum in London van 28 oktober tot 2 november 1996. Hieraan namen ongeveer 80 deelnemers, afkomstig uit verschillende landen, deel. Omdat het Maitreya Instituut deel uitmaakt van de FPMT, de Foundation for the Preservation of the Mahayana Tradition, en het programma in de verschillende zustercentra zoveel mogelijk op elkaar wordt afgestemd, presenteren wij u hier in het kort dit verslag.

De conferentie begon maandag met een welkom. Daarna volgden een individuele introductie en een beschrijving van de verwachtingen die mensen hadden t.a.v. deze conferentie. Deze waren zeer uiteenlopend, met name de "ouderen" onder de FPMT'ers hadden uit ervaring van vorige conferenties de sterke wens dat er dit keer daadwerkelijk iets tastbaars uit zou komen. Ikzelf, als nieuweling, had niet zoveel verwachtingen. Het was voor mij met name zeer inspirerend om te zien wie en wat de FPMT nu werkelijk is. En een grote verrassing was dat Lama Zopa Rinpochee gedurende de hele conferentie actief aanwezig was. Rinpochee heeft deel genomen aan alle gezamenlijke discussies - dit betekende dat wij in principe dagelijkse korte lessen kreeg wanneer Rinpochee besloot om zijn mening te uiten over bepaalde onderwerpen.

Als voorbereiding op de conferentie hadden we wat "huiswerk taken" opgekregen zoals het maken van een presentatie van wat goed en niet goed werkt in het centrum dat we vertegenwoordigen en wat de toekomstplannen van dit centrum zijn. Voor de presentatie had ieder maar drie minuten en dat werd dus kort maar krachtig. Als Maitreya Instituut hadden we - op basis van het studieprogramma zoals dat bij in het M.I. nu al drie jaar draait - een programmabrochure in het Engels geproduceerd die we aan alle vertegenwoordigers van Dharma-centra uitgereikt hebben.

Het was zeer interessant om de presentaties van de verschillende centra te horen. Vooral omdat iedereen werd gevraagd om in het kort te zeggen wat goed ging en wat niet zo goed bij hun centrum verliep. Er was een duidelijk verschil tussen het programma van de stads-centra en de "landelijke- of retraite-centra zoals het Maitreya Instituut. De mensen die Dharma lessen volgen in een stads-centrum zijn minder bereid om lange series van lessen te volgen. Het programma is om die reden steeds kort en bestaat voornamelijk uit specifieke thema's of onderwerpen van de Stadia van het Pad naar de Verlichting (Lam Rim). In de Oosterse landen is er doorgaans veel meer interesse en aandacht voor rituelen en offerandes of gebedsdiensten (puja's).

Uit de presentaties door de centra ontstonden vier werkgroepen:

A. Het tegemoet komen aan de behoeften (m.b.t. educatie) van nieuwe studenten en het meer algemene publiek.
B. Het centrum als communiteit voor regelmatig bezoekende leden.
C- Het opleiden van gevorderde studenten en potentiële leraren.
D- Het onderricht voor de monniken en nonnen (Sangha).

Binnen de werkgroepen werd er hard gewerkt aan het uitwerken van deze doelen. Er ontstond een wat specifieker beeld van wat volgens de verschillende werkgroepen nog nader uitgewerkt zou moeten worden.

A. Nieuwe studenten en algemeen publiek:
1 Langdurige internationale kwaliteitsbewaking.
2 Een enquête over kwaliteitscontrole.
3 Video-presentatie m.b.t. marketing.
4 Een lijst met praktische informatie en distributie.

B. Het centrum als communiteit voor regelmatig bezoekende leden:
1 Een standaard FPMT gebedsdienst, gemaakt door Lama Zopa Rinpochee.
2 Een adviesbureau om centra te helpen hun aanbod aan te kunnen passen aan de vraag.
3 Het ontwikkelen van een website voor de FPMT.
4 Het ontwikkelen van een elektronische kaartenbak met alle aanwezige info, studiemateriaal, video's, leraren e.d.
5 Een handleiding m.b.t. gesprekstechnieken.
6 Een conferentie m.b.t. boeddhistische gesprekstechnieken.

C. Het opleiden van gevorderde studenten en leraren:
1 Organiseren van retraites en workshops m.b.t. didactische vaardigheden.
2 Europese workshops m.b.t. didactische vaardigheden voor FPMT leraren.
3 Het vervaardigen van een handleiding met richtlijnen voor het implementeren van basis studieprogramma's in centra, met bijlagen die gegevens over relevant studiemateriaal bevatten. Het publiceren via het Mandala-blad van studieprogramma's die succesvol zijn.
4 Basis studieprogramma, leraren-opleiding en schriftelijke cursussen.
5 Het opnieuw opstarten van een Master Program aan het Istituto Lama Tzong Khapa in Italië (en

Robin Bath

Deelnemers aan de E.C. in Jamyang Center

andere geïnteresseerde centra); promotie; vertalers; benodigde middelen.

D. De Sangha opleiding:
1 Een informatie boekje voor toekomstige monniken en nonnen.
2 Een training voor toekomstige monniken en nonnen, onderzoeksmateriaal en ontwikkelingsstrategie.

Als vertegenwoordigers van het Maitreya Instituut namen Alex de Haan als voorzitter van de M.I.-programma-werkgroep en Thirza Happé, als assistent director van het M.I. deel aan de werkgroep 'het centrum als communiteit voor regelmatig bezoekende leden' en met name voor punt 2; 'een adviesbureau om centra te helpen hun aanbod aan te kunnen passen aan de vraag'. Naar aanleiding van onze ervaringen als medewerkers van Maitreya Instituut in de laatste drie jaren - een periode waarin veel veranderingen hebben plaatsgevonden en wij ons kunnen verheugen in een nog steeds groeiend aantal studenten - hebben wij hierover een aantal ideeën ontwikkeld. Omdat wij slechts drie minuten kregen om ons verhaal te vertellen, waren wij genoodzaakt een paar uren aan het werk te gaan om onze gedachten in een kort en duidelijk plan te kunnen presenteren.

De volgende dag kreeg elke werkgroep de gelegenheid om een presentatie te geven. Het doel hiervan was om het idee te anderen enthousiast te maken en een verantwoordelijk leider ('champion') en wat enthousiaste assistenten achter elke project te krijgen. Op zo'n manier zou er verder aan gewerkt kunnen worden ten gunste van alle FPMT leden.

Buiten deze werkgroepen zou een aantal algemene zaken nog verder uitgewerkt moeten worden.
Algemeen onderricht:
1 Het formeren van een onderwijs-adviesgroep.
2 Bij elke CPMT vergadering onderwijs als onderdeel toevoegen.
3 FPMT gebedenboekje.

Deze onderwerpen zullen dit jaar, of zo spoedig mogelijk, uitgewerkt worden. Om dit te waarborgen heeft elke groep een leider ('champion') aangewezen, die er op aangesproken kan worden en verantwoordelijk is dat zijn of haar onderwerp ten uitvoer wordt gebracht.

Tijdens de conferentie werden verschillende workshops gegeven.
* Karuna Kress. Over de verschillende manieren waarop mensen leren en de technieken die hierbij worden gebruikt.
* Lorraine Dupont. Op Jung gebaseerde gesprekstechnieken voor boeddhisten.
* Paco. Een presentatie over marketing.

Een aantal suggesties zonder "champions" waren:
1 Lokale en regionale kwaliteitsbewaking.
2 Regionale workshops geënt op de video over marketing.
3 Introductie video's voor het gebruik binnen de centra, een voorbereidend Lam Rim boek, Lezingen van Z.H. de Dalai Lama in Londen 1996, FPMT corporate video, een korte video over basismeditatie, een korte introductie van Lama Zopa Rinpochee.
4 Een video met de beste lezingen door de beste leraren, toegespitst op de locale cultuur van centra.
5 FPMT forum op internet.

Op zaterdagavond was er een uitgebreide gebedsdienst met offeranden voor gezondheid en lang leven van Lama Zopa Rinpochee. Er waren ongeveer honderd mensen aanwezig in de meditatie ruimte van het Jamyang Institute, die nog iets kleiner is dan die van Maitreya Instituut, zeer knus dus! Op zondagochtend heeft Lama Zopa Rinpochee een Witte Tara Initiatie gegeven aan meer dan honderd mensen met bijzondere zegeningen voor chronisch zieken en mensen met levensbedreigende ziektes. Tot besluit was er een groot feest.

Behalve de formele bijeenkomsten werden er tal van persoonlijke en individuele ervaringen en contacten uitgewisseld, die bij ons in ieder geval tot een hechtere samenwerking en een bredere visie over het hoe, wat en waarom van de FPMT als organisatie hebben geleid. Kortom, het was een geweldig inspirerende ervaring!

Alex de Haan en Thirza Happé.

BOEKRECENSIE

DOOR RONALD HERMSEN

**DE GLANS VAN HET ECHTE,
EEN SPEURTOCHT NAAR EEUWENOUDE GEESTELIJKE WAARDEN EN TRADITIES BIJ NATUURVOLKEREN
door Chris van Orden.**

Als je in je vroege jeugd de geur van mythe en magie opsnuift, ben je er voor de rest van je leven mee besmet. Voor Chris van Orden (1937) geldt dat in ieder geval. Al vijfentwintig jaar reist hij door Azië en Siberië, op zoek naar de Glans van het Echte. Zijn bevindingen legde hij vast in een boek met dezelfde titel, zojuist verschenen bij uitgeverij Maitreya.

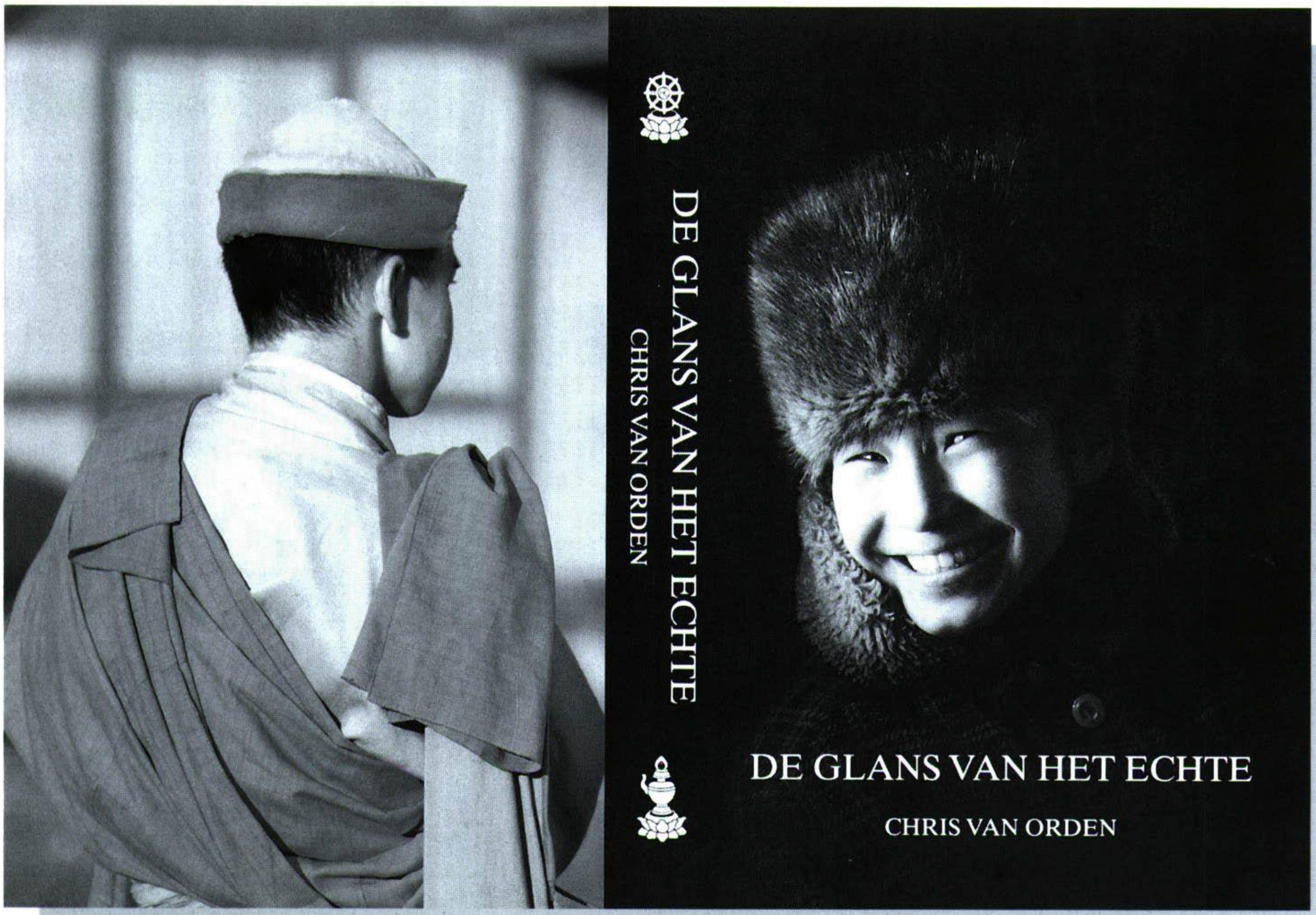
Onconventioneel, slapend in grotten en tenten met temperaturen ver onder nul, leefde Chris van Orden met de oorspronkelijke bewoners, op zoek naar geestelijke waarden, die wij in het Westen al lang geleden kwijtraakten. Een gesprek is niet mogelijk: de auteur zit sinds kort in de VUT en heeft meer dan ooit de tijd om te reizen. Op dit moment zit hij waarschijnlijk al weer te praten in een taal die voor de meesten van ons onbegrijpelijk is. Zijn respect voor de geestelijke waarden en de belevingswereld van de mensen die hij op zijn reizen ontmoet, klinkt in het hele boek door. Ook proef je als lezer hier en daar de rationaliteit van de westerse mens. Bioloog Chis van Orden is een mengeling van twee culturen: geboren op Java en opgegroeid in Nederland. In dienst van de overheid reisde hij met grote regelmaat naar Azië. Hij bleef meestal langer dan voor zijn werkzaamheden nodig was en ging op zoek naar de oorspronkelijke bewoners. Hij vond ze altijd. Of het nu Tibet, Rusland of India is, Van Orden neemt de tijd om te luisteren. En de mensen vertellen. Dat is op zich al bijzonder vanwege het wantrouwen, dat bij veel natuurvolkeren heerst ten opzichte van westerlingen en vaak ontstaan is door jarenlange onderdrukking. Hij krijgt de tongen los doordat hij met de mensen leeft, in hun grotten woont, op hun paarden rijdt, hun ontberingen deelt en hun eten eet: schapenvlees, schapenvlees, schapenvlees en af en toe een geprakt ei met de schil er nog doorheen.

Tonny de Cates begeleidde Chris van Orden op verschillende reizen en maakte een deel van de foto's die in het boek staan afgedrukt. "Er gaat een grote bevlogenheid van hem uit. Mensen voelen zijn eerlijke belangstelling en geven zich daardoor al vrij snel aan hem bloot, of het nu boeddhistische hoogwaardigheidsbekleders zijn of heel gewone mensen uit het dorp. Steeds weer wordt hij ontroerd door mensen die eigenlijk door het leven gebroken zouden moeten zijn, maar juist nog heel weerbaar waren. Ik herinner me bijvoorbeeld een jongetje zonder benen in India, die in een zelfgemaakt karretje door de straten reed. Zo hebben we veel mensen ontmoet die in de grootst mogelijke armoede leefden en toch een gelukkige indruk maakten. Dat is voor ons westerlingen, met onze materiële kijk op het leven, moeilijk voor te stellen.

KINDEREN VAN DE LUCHT

Chris van Orden koos bewust voor de boeddhistische uitgeverij Maitreya, die het boek - vol met prachtige kleurenfoto's - in een oplage van tweeduizend uitgeeft. Zijn affiniteit met het boeddhisme is één van de redenen waarom hij het geld dat grote uitgeverijen hem boden links liet liggen. Ook speelde mee dat zij het boek wel wilden publiceren, maar in verkorte vorm. Van Orden wilde daarentegen geen woord schrappen. In Maitreya-uitgever Jan Paul Kool vond Van Orden uiteindelijk een medestander, die het belang van deze bijzondere publicatie inzag. Kool: "Van Orden gaat tijdens zijn reizen op zoek naar andere dan materiële waarden. Hij laat ons de diepere dimensie zien van culturen die wij niet kennen. Hij is op zoek naar het paradijs. Mensen die de weg kennen, weten dat je daarvoor naar binnen moet. En alhoewel Chris van Orden de hele wereld rondreist, kent hij die weg, dat voel je wanneer je het boek leest."

Met een vleug heimwee reist Van Orden de manier van leven achterna , die hij in zijn jeugd op Celebes (Sulawesi) heeft leren kennen. "De inlandse jongens wisten alles, ze hadden bovennatuurlijke kwaliteiten", vertelt hij in het voorwoord van zijn boek. "Lang heb ik niet onder woorden kunnen brengen waarom ik de natuurlijke cultuur van toen zo veel fijner en oprechter vind dan onze westerse cultuur. Loyaliteit, incasseringsvermogen, moed, gastvrijheid en invoelend omgaan met de natuur ervoer ik als vanzelfsprekend." Toen hij later in Nederland woonde, kwam hij erachter dat deze eigenschappen helemaal niet zo vanzelfsprekend zijn. Hij had de 'hemel op aarde' achter zich gelaten en was in een denkklimaat terecht gekomen waar geen plaats was voor zijn gevoelswereld. Eén ding wist hij zeker: "Als mijn gevoelens en intuïtie helemaal ondersneeuwen, ga ik eraan." De studie filosofie en de reizen naar Azië hielden hem geestelijk in evenwicht. Hij kwam opnieuw in contact met culturen waar de lucht het basisprincipe van alle leven is, waar mensen 'kinderen van de lucht' en 'geworteld in de hemel' zijn. "Het land is voor hen de ziel van het leven en is doortrokken van geest; juist dat maakt de natuur zo rijk. Voor hen betekent de natuur meet dan wij



westerlingen ons voor kunnen stellen. Wij abstraheren en distantiëren, zij identificeren zich met het bestaande en dat is een fundamenteel andere manier van leven."

HET WITTE HUIS

Zowel uit de foto's als uit de tekst blijkt dat Van Orden die andere manier van leven begrijpt - hoewel niet altijd rationeel - en in zijn waarde laat. Een citaat ter illustratie: "Kalsang reciteerde al klappertandend het ene gebed na het andere, hetgeen afgewisseld werd met het heel eerbiedig aanraken van een heel grote, van stenen gemaakte stoel. Het was de stoel van de Dalai Lama. Een onmogelijker plek (op een besneeuwde richel, vijftienhonderd meter boven een meer dat volgens de monniken voorspellingen door kan geven, RH) is nauwelijks denkbaar. Regelmatig werd er in de sneeuw geprosterneerd. Het meer moest driemaal van kleur veranderen; van donker, haast zwart, naar blank als een spiegel. Na een half uur deed zich pas de eerste kleurverandering voor. Naar mijn mening gewoon doordat het wolkendek brak en de zon op het water kon schijnen. Maar ik hield mijn mond, ik wist dat de monniken daar een heel andere verklaring voor hadden. Na een uur of twee deed de derde verkleuring zich voor. De voorspelling zou gaan plaatsvinden. Zo gespannen had ik mijn tochtgenoten nog niet eerder gezien. De voorspelling van Dorje kwam als eerste. Fotografisch duidelijk zag hij de Potala in Lhasa. Djinba zag het Witte Huis in Washington, Matjoe zijn overleden ouders, Ginga zag een zwerm yaks door de sneeuw ploeteren. Op één van de yaks zat een meisje. Kalsang zag ook de Potala. Ik zag niets. Niets anders dan een majestueus landschap en vond dat meer dan genoeg."

Chris van Orden; De glans van het echte.
Uitgeverij Maitreya, 381 pag., 64 kleurenfoto's.
Prijs: F 59,50.

Door: Ronald Hermsen.
Deze recensie verscheen eerder in 'De Koorddanser' in februari 1997.

VERHALEN UIT DE SOETRA'S

HET EERSTE MEDEDOGEN VAN DE BOEDDHA

Aldus heb ik eens vernomen: de Verlichte verbleef in de stad Shravasti bij het Jetavana klooster in Anathapindika's park. Tijdens een bepaalde gelegenheid, toen de monniken uit hun zomer-retraite waren gekomen, kwamen ze bij de Boeddha, bogen voor hem neer en informeerden naar zijn welzijn. Toen de Boeddha, vol mededogen, op een liefdevolle en belangstellende manier vroeg naar de gesteldheid van de monniken, zei Ananda: "Heer, sinds wanneer heeft u zo veel liefde en mededogen voor de monniken gehad?"

De Boeddha zei: "Ananda, als je dit wenst te weten, luister dan. In lang vervlogen tijden, eonen geleden, werd een zondig man geboren in de hel. De wachters van de hel, de Yama's, tuigden de man op voor een wagen en dwongen hem zonder onderbreking heen en weer te rijden, terwijl ze hem in de tussentijd met een ijzeren hamer sloegen. De wagen was voor de man te zwaar om getrokken te worden, en ze sloegen hem met hun hamers totdat hij dood was, waarna ze hem weer tot leven brachten. Een vriend van de man zag hoe hij de zware wagen probeerde voort te trekken en liefde en mededogen ontstond in zijn bewustzijn. Hij sprak tot de Yama's en vertelde hen:

"Ik alleen zal deze man die jullie voor de wagen hebben opgetuigd, bevrijden".

De Yama's werden razend en sloegen de man dood en hij werd daarna wedergeboren temidden van de goden in de Hemel van de Drieëndertig.

Ananda, ik was die man die een geest vol liefde en mededogen voortbracht, terwijl ik in de hel verbleef, en ik ben vanaf dat moment altijd begiftigd geweest met mededogen voor alle levende wezens".

Toen Ananda en allen die aanwezig waren de woorden van de Boeddha hoorden, verheugden ze zich en ze vergrootten hun vertrouwen.

Uit: 'The Sutra of the Wise and the Foolish'

Vertaling: Wim Mual.

VERSCHIJNSELEN VANUIT DE LEEGTE
DE STOEPA

Een nieuw jaar is begonnen, en vele nieuwe plannen zijn geboren. De maand januari gaf velen van ons de tijd en rust te reflecteren over het verleden en de toekomst. Velen deden dat in de inspirerende aanwezigheid van Lama Dagpo Rinpochee, die lessen gaf in Rotterdam en Amstelveen georganiseerd door Kadam Chöling. Sinds de viering van Losar, het Tibetaans nieuwjaar, op 8 februari is het instituut weer in volle gang en wordt gepoogd de vele plannen inhoud te geven.

Er is het plan een stadscentrum in Amsterdam te vestigen. Er wordt gepraat over het uitnodigen van Zijne Heiligheid de Dalai Lama naar Nederland. Er zijn plannen om in Emst nieuwe slaapvertrekken te bouwen. En zo kunnen we nog wel even door gaan.

Eén van de plannen is het bouwen van een stoepa. Omdat Lama Zopa Rinpochee dit ambitieuze project een hoge prioriteit geeft, wil ik hierbij in deze rubriek iets langer stil staan. Velen van ons zullen een stoepa een mooi, exotisch en curieus monument vinden, maar verder zal het misschien niet zo veel betekenen. Dit gold voor mij: ik vond het een mooi symbool waar rust van uitstraalde. Maar, hoewel ik al een aantal jaren het boeddhisme bestudeerde, had ik geen benul van de betekenis ervan. Ik ben mij daar pas in gaan verdiepen toen ik Lama Zopa Rinpochee hoorde vertellen dat in Dharma centra waar een stoepa gebouwd is, op een of andere manier de zaken voor de wind gaan, zowel in spiritueel als in materieel opzicht. De lama's vertellen vaak het verhaal dat zelfs een vlieg die zittend op een koeienvla door de stroom van een rivier werd meegevoerd in een rondgang om een stoepa, daarbij de oorzaak creëerde om in contact te komen met de Boeddha Dharma en vervolgens daarmee de verlichting te bereiken.

Hoe moeten we de magie van de stoepa dan begrijpen? De klassieke boeddhistische geschriften schrijven dat de stoepa reeds bestond in een geestelijke dimensie alvorens het een fysieke dimensie kreeg. Het is een tijdloos symbool dat al bestond voor de tijd van Boeddha Sakyamoenie; het symboliseert en reflecteert de pure energie van het universum en het hoogste niveau van geestelijke evolutie, van volmaakte transcendente wijsheid en compassie. De vorm van de stoepa - o.a. symbolisch voor de vijf elementen, de vijf transcendente wijsheden en de vijf Dhyani Boeddha-families - schijnt een krachtige spirituele energie uit te stralen, die op iedereen die het ziet of er om heen loopt, een positief effect heeft. Hoe kan een uitwendig symbool zo'n effect op de inwendige geest hebben? Dat is alleen maar te verklaren aan de hand van de theorie van leegte. Het is een illusie om te denken dat er een inherent, op zich zelf bestaand object is. Er is een definitieve relatie tussen object en waarnemer: er is geen inherent bestaande scheiding tussen de waarnemer en het object. Zodra de waarnemer (bewust of onbewust) het object waarneemt, is het object onderdeel van zijn bewustzijn. Daarom kent het Vadjrayana voertuig - de boeddhistische tantra - zoveel symbolen. Juist omdat de symbolen leeg zijn van inherent bestaan, en daarmee afhankelijk van de perceptie van de waarnemer, zijn de symbolen te gebruiken op het pad van geestelijke transformatie. Het symbool van de stoepa, samen met het symbool van de Boeddhavorm, is een van de meest krachtige objecten omdat het hele pad naar de verlichting er in is vertegenwoordigd. Het is dus geen symbool van verafgoding; integendeel, het is een object dat ons naar binnen wijst, naar ons eigen potentieel om een volledig verlicht wezen te worden.

Ik vind het een enorme uitdaging om zo'n krachtig symbool te creëren in het Nederlandse landschap. De typisch Nederlandse geest zal zich wel afvragen wat voor zin het heeft om veel geld en energie in een religieus ornament te steken, maar laten wij deze beperkte visie eens toetsen aan de wet van karma. Laten we bekijken of de wet van oorzaak en gevolg zich daadwerkelijk op een veel hoger (en dieper) niveau afspeelt dan wij - vooralsnog beperkte wezens - kunnen bevatten. Deze toets kan alleen maar plaatsvinden als wij de stoepa ook metterdaad bouwen.

Rinpochee stelt ook voor dat wij onder de stoepa een urnenkamer bouwen, waar de urnen van overleden studenten of andere betrokkenen kunnen worden bewaard, en waar tevens een gelegenheid is voor nabestaanden en beoefenaars om te mediteren op de dood en leven van hen die reeds zijn heen gegaan. Rinpochee zegt dat hiermee positief karma kan worden gecreëerd voor zowel de beoefenaar als de overledene. De symboliek van de stoepa overstijgt zelfs de dood.

Dit is een oproep aan geïnteresseerden om mee te werken aan de realisatie van het plan een stoepa annex urnenkamer te bouwen in Emst. Lama Zopa Rinpochee heeft reeds een plaats aangewezen: in het hart van ons instituut, vlak bij het gebedswiel (ook zo'n krachtig symbool, dat spoedig gereed zal komen) is een plek die geschikt zou zijn voor de stoepa. Het is een plaats waar velen de stoepa kunnen gebruiken, en dat betekent - zegt Rinpochee - waar velen er om heen kunnen lopen.

Door: Sander Tideman, voorzitter.

TIBETNIEUWS

PANCHEN LAMA(S)

Het zevenjarig jongetje dat door de Chinese regering is uitgekozen als Panchen Lama, beloofde op een bijeenkomst van boeddhisten een vaderlandslievend en religieus leider te zullen zijn. Hij wil de traditie van zijn voorgangers voortzetten en een levende Boeddha worden, die van zijn land en geloof houdt. Zijn voorganger, de tiende Panchen Lama, overleed onder verdachte omstandigheden na het beleid van China in Tibet bekritiseerd te hebben.

Het persagentschap Xinhua meldde dat 'hun' Panchen Lama goed opgroeit en de oprechte steun van de Tibetanen verworven heeft, als gevolg van zijn snelle vooruitgang in de Boeddhistische leringen en zijn buitengewone wijsheid en sereniteit. De Chinese regering selecteerde de jongen vorig jaar november, zes maanden nadat de Dalai Lama een andere jongen had erkend als reïncarnatie van de Panchen Lama. Als legitimatie voor hun keuze stelden de Chinese leiders dat sommige Chinese keizers in het verleden ook religieuze titels aanwezen. Dat de huidige leiders atheïst zijn, doet kennelijk niet ter zake. De Panchen Lama werd de belangrijkste geestelijk leider in Tibet toen de Dalai Lama in 1959 naar India vluchtte.

De Chinese bemoeienis met de keuze van de Panchen Lama leidde tot aanhoudende protesten zowel in Tibet als daarbuiten. De protesten maakten geen indruk. Integendeel: protestacties in Tibet werden met geweld neergeslagen, en in juni vorig jaar startte de Chinese regering een heropvoedingscampagne in verschillende grote Tibetaanse kloosters met de bedoeling monniken te drillen in socialistische normen en waarden en hen te dwingen hun trouw aan de Dalai Lama af te zweren.

De keuze van de Dalai Lama, de zevenjarige Gedhun Choekyi Nyima, is al ten minste 19 maanden niet meer in het openbaar gezien. Hoge Chinese ambtenaren hebben toegegeven dat ze hem afgezonderd houden.

CHINA WIL 'BESLISSEND GEVECHT' TEGEN DALAI LAMA

Het afgelopen jaar kreeg Tibet te maken met een toenemende bemoeienis van de Chinese autoriteiten met het Tibetaans boeddhisme en de Dalai Lama. Het komend jaar belooft wat dat betreft geen verbetering. Eind november kondigde Chen Kuiyuan, secretaris van de Tibetaanse afdeling van de communistische partij, een "beslissend gevecht" aan tegen het Tibetaans boeddhisme en de invloed van de Dalai Lama in Tibet.

Onderdeel van het "beslissende gevecht"' vormt het uit de orde verstoten van monniken, die zich weigeren te conformeren aan de door de autoriteiten voorgeschreven gedragslijn. Kloosters zullen in ideologische zin worden gereorganiseerd en "reactionaire" lama's zullen worden gedwongen om seculier te leven. Zakenleven, kunst en literatuur worden voortaan streng gecontroleerd. Volgens Chen Kuiyuan moeten zij in dienst van het volk staan en geen "spirituele rotzooi" propageren. Verder moeten schoolboeken en publicaties voortaan de historische band tussen Tibet en China benadrukken. "Het moet voor iedereen duidelijk zijn dat Tibet een onafscheidelijk deel van het Moederland is", meent Chen. De maatregelen moeten een einde maken aan de invloed van de Dalai Lama in Tibet.

Secretaris Chen Kuiyuan kondigde de maatregelen aan tijdens een buitengewone zitting van regionale partijtop. Hij benadrukte dat de Partij hard zal optreden tegen de religieuze leiders in Tibet. "China's spirituele beschaving is de sleutel tot een krachtige aanval en onze uiteindelijke overwinning", hield hij de aanwezigen voor. Het beslissende gevecht tegen de Dalai Lama zal als het nodig is vijf jaar duren, aldus Chen.

Volgens Tempa Tsering, woordvoerder Buitenlandse Zaken van de Tibetaanse regering in ballingschap, speelt de Chinese regering met vuur. Tempa denkt dat het harde optreden zich tegen de regering in Beijing zal keren. "Het huidige harde optreden tegen het boeddhisme is ingegeven door de gedachte dat Tibet weliswaar fysiek wordt bestuurd door China, maar dat het in werkelijkheid de Dalai Lama is die de Tibetanen leidt, door zijn spirituele standpunt en zijn toenemende morele autoriteit. Deze zaak kan niet worden opgelost door alle uitingen van toewijding aan de Dalai Lama te vernietigen."

DRIE KEER HOLLYWOOD OP DE BRES VOOR TIBET!

November 1996 brachten de kranten het bericht dat de Chinese overheid het Amerikaanse Walt Disney-concern onder druk zette vanwege een film over de Dalai Lama. China gaf te kennen dat de expansieplannen van Disney in China ernstig gevaar zouden lopen bij het doorgaan van de productie en de verspreiding van de film 'Kundun' onder regie van de bekende Amerikaanse regisseur Martin Scorsese. De waarschuwing aan Disney komt op een moment dat de Chinese autoriteiten weer meer controle pro-

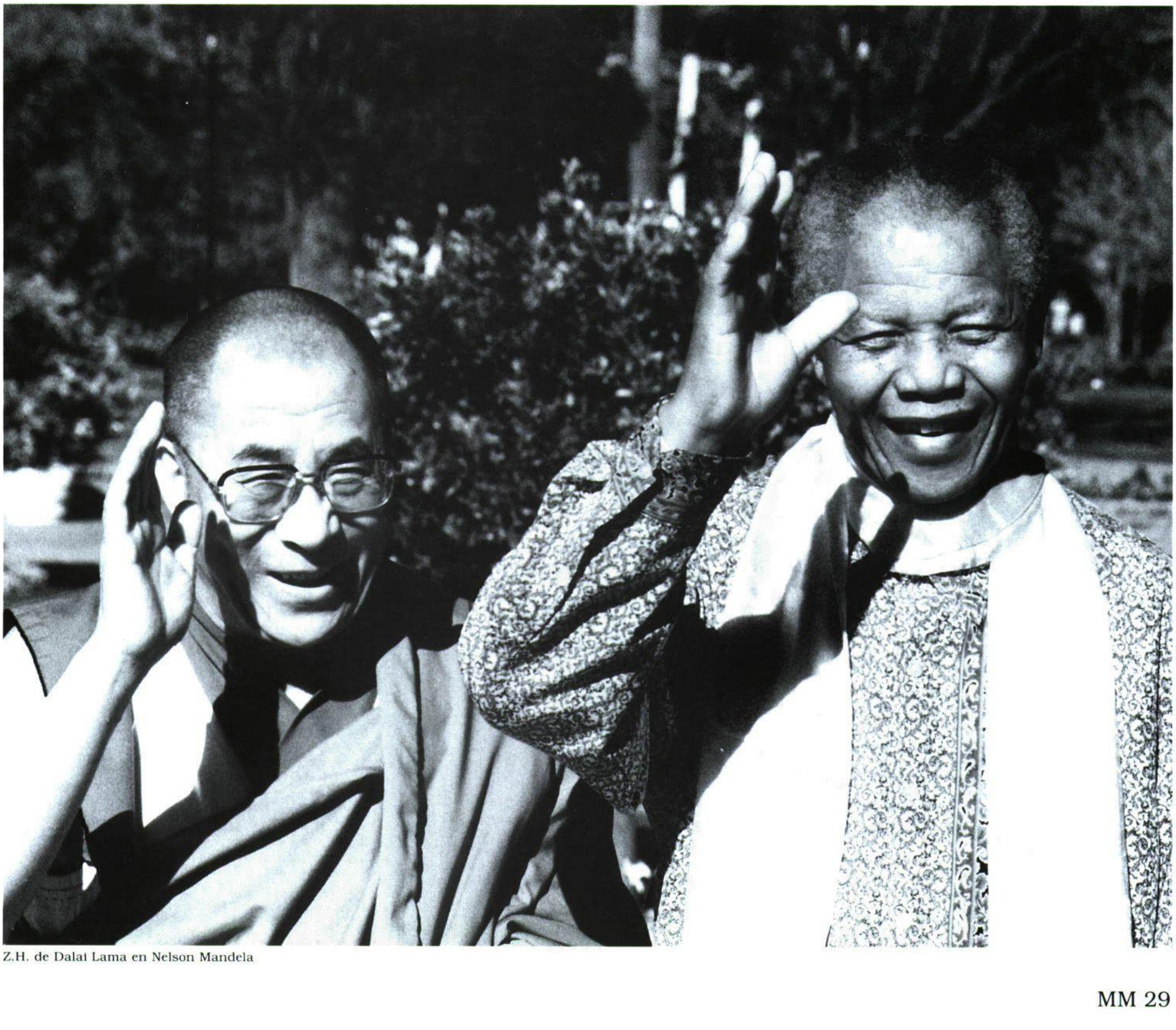
beren te krijgen over de media. Het Walt Disney-concern heeft grootse plannen in China. Na het succes van de tekenfilm 'Lion King' denkt het bedrijf erover een groot Disney themapark in Zuid-China op te zetten. Plannen hiervoor zijn al met de Chinese regering doorgenomen. Toch heeft Disney aan het Chinese druk niet toegegeven.

Kort daarna werden door de Chinese regering de namen van enkele Hollywood notabelen bekend gemaakt die niet meer naar Tibet mogen reizen. Vanwege hun pro-Tibetaanse standpunt zijn Harrison Ford, zijn vrouw Melissa Mathison Ford, Brad Pitt, Martin Scorsese en de Franse regisseur Jean-Jacques Annaud op een officiële 'zwarte lijst' geplaatst en mogen ze niet meer naar Tibet toe.

Enkele weken na deze bekendmaking, ondertekenden negenenvijftig acteurs, schrijvers, regisseurs, producenten en andere Hollywood lumineuzen brieven aan de Chinese Ambassadeur in de VS en aan President Clinton. In de brief aan de President wordt hij gevraagd om bij de komende zitting van de Mensenrechten Commissie van de Verenigde Naties in Genève een resolutie te sponsoren waarin de schendingen van de mensenrechten in China en Tibet aan de orde worden gesteld. Door intensief lobbyen heeft China vorig jaar zelfs het spreken of debatteren over zo'n resolutie onmogelijk gemaakt.

De twee brieven werden ondertekend door Alec Baldwin, Jill Clayburgh, Sally Field, James Garner, Costa Gavras, Spike Lee, Gregory Peck, Alan Pakula, Susan Sarandon, Oliver Stone, Norman Jewison, Sidney Lumet en nog vele anderen waaronder de mensen op de 'zwarte lijst'.

Door Paula de Wijs-Koolkin.



Dewachen

Z.H. de Dalai Lama en Nelson Mandela

OVERZICHT VAN DE GEBEDSDIENSTEN EN DE BIJZONDERE FEEST- EN GEBEDSDAGEN

APRIL T/M AUGUSTUS 1997

OVERZICHT VAN DE GEBEDSDIENSTEN

April

vr.	4 (25)	Offerande aan de Spirituele Meesters
ma.	7 (30)	Offerande aan de Medicijn Boeddha
vr.	15 (8)	Wassende maan Tara Offerande
do.	17 (10)	Offerande aan de Spirituele Meesters
di.	22 (15)	Volle maan Tara Offerande Acht Mahayana Voorschriften

Mei

vr.	2 (25)	Offerande aan de Spirituele Meesters
di.	6 (30)	Offerande aan de Medicijn Boeddha
wo.	14 (8)	Wassende maan Tara Offerande
vr.	16 (10)	Offerande aan de Spirituele Meesters
do.	22 (15)	Volle maan Tara Offerande Acht Mahayana Voorschriften
vr.	31 (25)	Offerande aan de Spirituele Meesters

Juni

do.	5 (30)	Offerande aan de Medicijn Boeddha
vr.	13 (8)	Wassende maan Tara Offerande
zo.	15 (10)	Offerande aan de Spirituele Meesters
vr.	20 (15)	Volle maan Tara Offerande Acht Mahayana Voorschriften
zo. ma.	29/ 30 (25)	Offerande aan de Spirituele Meesters

Juli

vr.	4 (30)	Offerande aan de Medicijn Boeddha
zo.	6	Verjaardag van Z.H. de Dalai Lama
zo.	13 (8)	Wassende maan Tara Offerande
di.	15 (10)	Offerande aan de Spirituele Meesters
zo.	20 (15)	Volle maan Tara Offerande Acht Mahayana Voorschriften
di.	29 (25)	Offerande aan de Spirituele Meesters

Augustus

zo.	3 (30)	Offerande aan de Medicijn Boeddha
ma.	11 (8)	Wassende maan Tara Offerande
wo.	13 (10)	Offerande aan de Spirituele Meesters
ma.	18 (15)	Volle maan Tara Offerande Acht Mahayana Voorschriften
wo.	27 (25)	Offerande aan de Spirituele Meesters

September

ma.	1 (30)	Offerande aan de Medicijn Boeddha
wo.	10 (8)	Wassende maan Tara Offerande

Als u de nacht na afloop van een gebedsdienst of de nacht voorafgaande aan de dag van het nemen van de Acht Mahayana Voorschriften in het Maitreya Instituut wilt overnachten, hoeft u alleen de kosten van evt. maaltijden en 's winters een bijdrage aan de stookkosten te betalen. Wel dient u steeds contact op te nemen i.v.m. de wisselende aanvangstijden van de gebedsdiensten en van de Acht Mahayana Voorschriften.

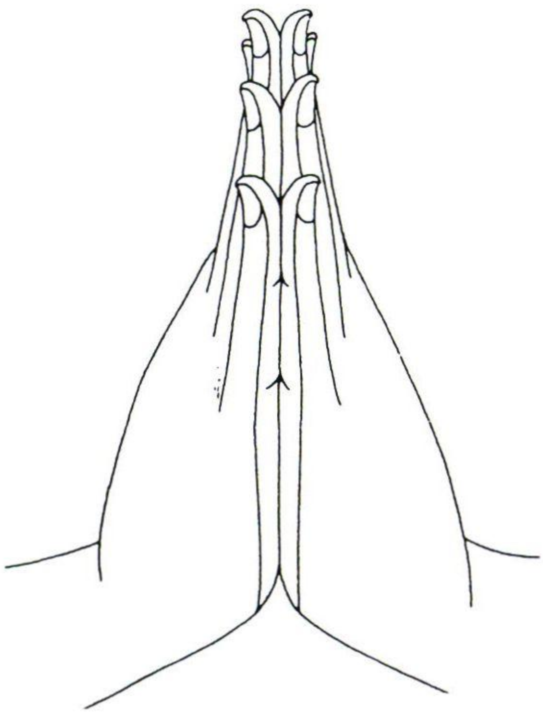
BIJZONDERE FEEST- EN GEBEDSDAGEN 1997

Do. 22 mei: Saka Dawa, viering van de geboorte, verlichting en parinirvana van de Boeddha Sakyamoenie.

Zo. 6 juli: Viering van de geboortedag van Z.H. de Dalai Lama. In verband met de Lam Rim Zomercursus kan dit jaar op het terrein van het Maitreya Instituut geen bezoek worden ontvangen.

Do. 7 augustus: Herdenking van het eerste onderricht door de Boeddha in het Hertenpark te Sarnath.

NB: IN DE MAAND AUGUSTUS ONTVANGT HET MAITREYA INSTITUUT GEEN BEZOEKERS.



OPROEP VOOR EEN NIEUWE VOORZITTER BOEDDHISTISCHE UNIE NEDERLAND (BUN)

De BUN, Boeddhistische Unie Nederland, zoekt een nieuwe voorzitter. Taken: het voorzitten en voorbereiden van leden- en bestuursvergaderingen, contacten onderhouden met de achterban, de vertegenwoordiging naar buiten toe.

Informatie bij: Aad Verboom:
Tel: 030 - 888655.

Jewel Heart
Boeddhistische Studie en Meditatie

Programma Voorjaarsbezoek
GELEK RINPOCHE

HET HART ONTWAAKT
Lezing bij Hertogenbosch – 1 mei – Inl. ☎ 0416.663.621

FINDING THE WISDOM IN NEUROSIS
Lezing Stevenskerk, Markt Nijmegen – 2 mei, 20u.– *f* 15

WERKEN AAN INNERLIJKE GROEI
Workshop in 'De Refter' bij Nijmegen
3, 4 en 5 mei. dgl. 10-12 en 14-17u. – *f* 175

Folder en Inlichtingen:
☎ 024.322.6985. b.g.g. ☎ 024.377.6393 of ☎ 024.622.2208

KADAM CHÖLING HOLLAND TIBETAANS BOEDDHISME

KADAM CHÖLING
organiseert lezingen Tibetaans Boeddhisme
met eerwaarde
DAGPO RINPOCHEE

AMSTELVEEN 14 - 15 JUNI
De Waardevolle Instructies van de Dierbare Spirituele Meester • 'de Bolder' • Groenhof 140 • Prijs *f* 80

ROTTERDAM 17 JUNI
Reïncarnatie • Locatie nog onzeker • Prijs *f* 12,50
Novotel • Brainpark (direct aan Rijksweg 16) K.P. v/d Mandelelaan 150 Rotterdam

UTRECHT 18 JUNI
Karmische Paden • Het Drakenburghuis • Drakenburgstr. 1 (hoek Oude Gracht) • Prijs *f* 12,50

NEDERLANDSE VERTALING - HANS VAN DEN BOGAERT

INLICHTINGEN EN AANMELDEN:
KADAM CHÖLING • MEERKOETHOF 60 • 1444 VN PURMEREND • POSTBUS 85363 • 3508 AJ UTRECHT
ELLY HENDRIKS 0299 - 68 13 56 • LAN TJOA 0299 - 41 42 66 • ALDI NIEMEYER 0180 - 48 70 12

CURSUSINFORMATIE

Per auto bereikt u ons centrum, gelegen aan de Heemhoeveweg 2 (of Laarstraat 27) te Emst:
Vanuit Amersfoort de A 28 richting Zwolle. Afslag Epe/Nunspeet richting Epe. Doorrijden tot aan stoplichten. Bij de stoplichten rechtsaf richting Emst. Na een paar honderd meter weer rechtsaf, net voor het Chinese restaurant 'De Lange Muur' de Laarstraat in. Na ongeveer één kilometer schuin linksaf de zandweg in. Dit is de Heemhoeveweg. Inrit en parkeerplaatsen rechts. Doorgaande paden vrijhouden is brandweervoorschrift.
Vanaf de A 50 afslag Epe/Nunspeet. Bij de stoplichten linksaf richting Emst. etc.

Per bus nr. 90 vanaf NS station Apeldoorn of Zwolle is het Maitreya Instituut te bereiken als u uitstapt bij de halte Laarstraat, tussen de dorpen Emst en Epe. Daar is een Chinees restaurant 'De Lange Muur', waar u bij slecht weer kunt schuilen en iets kunt drinken. Bij alle cursussen die om 20.00 uur beginnen halen we de cursisten af tussen 19.00 en 19.30 uur bij dit restaurant. U kunt ook lopend het centrum bereiken door de Laarstraat in te gaan tot na ongeveer één kilometer schuin links een zandweg begint. Dit is de Heemhoeveweg. Voorbij het weiland ligt nu aan uw rechterhand het Maitreya Instituut.

Elke cursist wordt verzocht pantoffels of slippers mee te nemen en zich na aankomst te melden bij de receptie. Twee lakens en een sloop zijn te huur voor F 5,- per keer. U kunt ze natuurlijk ook zelf meenemen. Cursusgelden dienen uiterlijk 14 dagen voor aanvang van een cursus te zijn betaald. Het is belangrijk u zo vroeg mogelijk aan te melden. De cursussen worden tegen kostprijs aangeboden. U dient wel lid/abonnee van het Maitreya Magazine te zijn of te worden. Indien uw financiële situatie dit noodzakelijk maakt, kunt u vooraf verzoeken om korting.

VOORWAARDEN VOOR DEELNAME
Deelnemers aan cursussen dienen lid/abonnee van het Maitreya Magazine te zijn of te worden. Iedereen dient zich op het cursusterrein te houden aan 5 voorschriften. Deze zijn: 1. niet doden, 2. niet nemen wat niet is gegeven, 3. geen sex, 4. niet liegen, 5. geen alcoholische of anderszins bedwelmende middelen gebruiken. De vegetarische maaltijden worden verzorgd door professionele koks.

AANMELDING EN BETALING CONTRIBUTIE
Aanmelding voor een cursus kan telefonisch van 9.00-16.00 uur, elke dag behalve op zaterdag.
Uw contributie wordt definitief na ontvangst van het cursusgeld dat uiterlijk 14 dagen voor aanvang van een cursus dient te worden voldaan op Postbankrekening 6901668 of I.N.G. Bank Epe op rekening 65.70.24.481 t.n.v. Kerkgenootschap Maitreya Instituut te Emst met vermelding van de **cursusdatum.**
Alle bezoekers en cursisten dienen zich na aankomst te melden bij de receptie in de winkel. De winkel is gespecialiseerd in alles wat een beoefenaar van het Tibetaanse boeddhisme nodig zou kunnen hebben. Er is een keur aan honderden boeken, kaarten, posters, wierook, beelden, offerbakjes, boterlampen enzovoort. De winkel is open tijdens cursussen en na telefonische afspraak.

RETRAITES
Boeddhistische retraites, zowel voor groepen als individueel, kunnen in het centrum plaatsvinden onder deskundige leiding. Individuele retraite of verblijf in het centrum buiten de aangekondigde programma's is alleen mogelijk indien er een band bestaat met het centrum door deelname aan diverse cursussen, of door voldoende kennis te hebben opgedaan van de boeddhistische leer in andere centra.

GEBEDSDIENSTEN
Gebedsdiensten of 'poedja's' worden gehouden op speciale dagen. Zo wordt tweemaal per maand de 'Offerande aan de spirituele meesters', ook wel 'goeroe poedja' genoemd, gedaan. Een lijst met belangrijke poedja's zal steeds in het magazine worden gepubliceerd. Informatie over het aanvragen en sponsoren van poedja's voor zieken, stervenden of speciale gebeurtenissen zoals examens en reizen vindt u in Maitreya Magazine nr. 3 jaargang 11.

VERHUUR CURSUSRUIMTE
Het cursusgebouw is te huur voor groepen van minimaal 25 personen. Vraag naar onze folder.

PROGRAMMA 1997

PRAKTISCH BOEDDHISTISCH ONDERRICHT

Speciaal voor degenen die niet als kloosterling buiten de maatschappij, maar als leek juist middenin de maatschappij leven, onderwijst onze vaste leraar de eerwaarde Geshe Sonam Gyaltsen vanaf februari 1997 **in zes weekenden** zeer nuttige instructies voor de praktijk van het boeddhisme. Geshela gebruikt als basis voor zijn presentatie een tekst van de hand van de grote Indiase yogi en wijsgeer Arya Nagarjuna: 'Een Brief Aan Een Vriend' (Sanskriet.: Suhrllekha), waarin deze de Indiase Koning Gautamiputra diverse adviezen aanreikt.

U zult merken dat deze adviezen, zeker in combinatie met de interpretatie daarvan door onze eerwaarde leraar, direct helder en praktisch bruikbaar zijn. Deze cursus verschaft een degelijk inzicht in de theorie en praktijk van het Tibetaans boeddhisme. De cursus is zeer geschikt voor mensen die nog weinig kennis van het boeddhisme hebben, maar ook voor hen die een praktische aanvulling wensen bij de theorie die al verzameld was.

U kunt zich ook gerust opgeven voor één of meer losse cursusweekenden. Zo is het volgen van een van deze weekenden een uitstekende manier om kennis te maken met de boeddhistische leer in het algemeen en het Maitreya Instituut en haar vaste leraar Geshe Sonam Gyaltsen in het bijzonder.

DATA:
28 februari t/m 2 maart
28 t/m 30 maart
25 t/m 27 april
23 t/m 25 mei
20 t/m 22 juni
19 t/m 21 september.

ABHISAMAYA ALANKARA
(Tib.: Ngon tog gyan / mngon rtogs rgyan)
'EEN SIERAAD VAN REALISATIES'
door BOEDDHA MAITREYA en ARYA ASANGA

Dit nieuwe onderdeel van het studieprogramma zal van start gaan na afsluiting van het blok over wijsheid. In eerste instantie onderwijst de eerwaarde Geshe Sonam Gyaltsen het eerste hoofdstuk van deze tekst die door Boeddha Maitreya werd onderwezen en door Arya Asanga werd opgeschreven. In dit hoofdstuk komen belangrijke boeddhistische principes aan de orde zoals:

1. Het ontwikkelen van de verlichtingsgeest, de 2 niveaus van realiteit, de 4 edele waarheden, de Drie Juwelen van Toevlucht en de verschillende realisaties van de Sangha.
2. Diverse adviezen voor de training.
3. Het Mahayana Pad van Voorbereiden.
4. Het boeddha-potentieel.
5. Het doel van het Mahayana.
6. Het bereik van het Mahayana.
7. Het aantrekken van het bodhisattva harnas.
8. Het ondernemen van de beoefeningen voor bodhisattva's.
9. Het verzamelen van verdienste.
10. Het ontwikkelen van de drang naar bevrijding.

De Abhisamayalankara is een van de vijf belangrijkste teksten, welke aan de grote Klooster Universiteiten van de Gelukpa orde worden bestudeerd. De verschillende onderwerpen worden bezien vanuit het filosofisch standpunt van de Svatantrika Madhyamika School. Geshela zal voor zijn presentatie behalve de basistekst vooral het commentaar van Lobpon Senge Zangpo gebruiken. Dit studieprogramma onderdeel zal waarschijnlijk anderhalf jaar duren. Deze cursus loopt de eerste tijd parallel aan de cursus 'Een Brief Aan Een Vriend' en is vanwege het hogere filosofische gehalte vooral bedoeld voor gevorderde studenten.

DATA:
11 t/m 13 april
9 t/m 11 mei
6 t/m 8 juni
5 t/m 7 september
3 t/m 5 oktober
5 t/m 7 december
Etc.

11 t/m 13 april
ABHISAMAYALANKARA
'EEN SIERAAD VAN REALISATIES'
Door: Eerwaarde GESHE SONAM GYALTSEN.
Nederlandse vertaling: Hans van den Bogaert.

Het eerste van een serie weekenden over de beroemde tekst van Maitreya, de Abhisamayalankara. Onze eerwaarde leraar Geshe Sonam Gyaltsen zal in eerste instantie het eerste hoofdstuk onderwijzen van deze tekst, waarin dieper wordt ingegaan op basisprincipes van het Mahayana boeddhisme, zoals het ontwikkelen van de verlichtingsgeest.

KOSTEN: F 180,- als los weekend en F 150,- bij deelname aan het studieprogramma voor minimaal een seizoen.
AANVANG: Vrijdagavond 11 april om 20.00 uur.

AANMELDING: tel: 0578-661450.
fax: 0578-661851.

25 t/m 27 april
'EEN BRIEF AAN EEN VRIEND' (3de weekend)
Door: Eerwaarde GESHE SONAM GYALTSEN.
Nederlandse vertaling: Hans van den Bogaert.

Tijdens dit weekend zal de eerwaarde Geshe Sonam Gyaltsen uitgebreid ingaan op de instructies waarmee we oorzaken creëren voor een goede wedergeboorte als mens op aarde of als wereldse goden en godinnen in hemelse sferen.
Daarna volgen de instructies voor het bereiken van de staat van blijvende bevrijding van de kringloop van het gebrekkige bestaan. Tenslotte biedt het derde hoofdstuk van Nagarjuna's tekst instructies voor een optimaal gebruik van het waardevolle mensenleven, in de hoop dat wij geen kostbare tijd verloren laten gaan.

KOSTEN: F 180,- als los weekend en F 150,- bij deelname aan het studieprogramma voor minimaal een seizoen.
AANVANG: Vrijdagavond 25 april om 20.00 uur.
AANMELDING: tel: 0578-661450.
fax: 0578-661851.

KINDERWEEKEND

3 t/m 4 mei
KINDERWEEKEND (4 t/m 7 JAAR)
O.l.v. Herman Homan, Sander Tideman e.a.
Thema: PRINS SIDDHARTA

Als vervolg op het geslaagde eerste Maitreya-kinderweekend van september (zie het verslag elders in dit nummer) zal op 3 en 4 mei 1997 voor de tweede keer zo'n weekend georganiseerd worden. Kinderen van 4 tot en met 7 jaar zijn van harte welkom. Voor de 'grote kinderen' - van 8 t/m 12 jaar -wordt in het najaar een weekend georganiseerd.
Thema van dit weekend zal zijn: **Prins Siddharta, de jeugd van Sakyamoenie Boeddha.** Aan de hand van het leven van de jonge Indiase prins zullen we allerlei spannende, speelse en creatieve activiteiten ontplooien, waardoor de kinderen (nader) kennis kunnen maken met het Tibetaans boeddhisme. Het belooft weer een bruisend weekend te worden. De organisatie is in handen van Herman Homan, Sander Tideman, Nicolette van Baar, Ed Wierda en Alix Royer. Er kan een beperkt aantal ouders blijven, mits zij bereid zijn een taak in de leiding of ondersteuning op zich te nemen. Na aanmelding krijgt u een inschrijvingsformulier toegezonden.

KOSTEN: F 75,- per kind, (elk volgend kind uit een gezin F 10,- minder). Maximum aantal kinderen 20, wie het eerst komt, wie het eerst maalt.
AANVANG: Zaterdag 3 mei om 12.00 uur
EINDE: Zondagmiddag 4 mei om 14.00 uur.
AANMELDING: tel: 0578-661450
fax: 0578-661851.

9 t/m 11 mei
ABHISAMAYALANKARA (2de weekend).
'EEN SIERAAD VAN REALISATIES'
Door: Eerwaarde GESHE SONAM GYALTSEN.
Nederlandse vertaling: Hans van den Bogaert.

Het tweede weekend over deze belangrijke Mahayana tekst, waarin behalve een groot aantal basisprincipes van het boeddhistisch pad, vooral ook de onderdelen van het Mahayana pad onder de loep worden genomen, zoals de verlichtingsgeest, de twee niveaus van realiteit, de vier edele waarheden.
Deze cursus is speciaal voor gevorderde studenten.

KOSTEN: F 180,- als los weekend en F 150,- bij deelname aan het studieprogramma voor minimaal een seizoen.
AANVANG: Vrijdagavond 9 mei om 20.00 uur.
AANMELDING: tel: 0578-661450.
fax: 0578-661851.

16 t/m 18 mei
BEGINNERS MEDITATIE CURSUS
O.l.v. OUDERE STUDENTEN.
Voertaal: Nederlands.

Meditatie is vereist om de geest in positieve zin te transformeren. Meditatie is meer dan het kalmeren van de geest. Zonder meditatie is werkelijke geestelijke groei onmogelijk. Het Tibetaans boeddhisme heeft een breed scala van meditatiemethoden ontwikkeld. Sommige meditatietechnieken werken op basis van analyse of contemplatie, andere op basis van concentratie, visualisatie of mantra's. Er zijn zoveel verschillende methoden, dat beginners soms

door het bos de bomen niet meer zien.
Het doel van deze meditatiecursus, die wordt geleid door een aantal oudere studenten, is om beginnende studenten wegwijs te maken. Er zal een aantal meditaties worden geoefend die bij uitstek geschikt zijn voor de beginnende student op het boeddhistisch pad. Ook zal het hoe en waarom van meditatie worden uitgelegd. De deelnemer zal uitgerust worden met een meditatiebeoefening die hij/zij kan toepassen in zijn/haar dagelijks leven.
De cursus is geschikt voor beginners, maar ook voor gevorderde studenten die meer ervaring met meditatie willen opdoen en de meditatie in hun dagelijkse leven willen integreren.

KOSTEN: F 180,- als los weekend en F 150,- bij deelname aan het studieprogramma.
AANVANG: Vrijdagavond 16 mei om 20.00 uur.
AANMELDING: tel: 0578-661450.
fax: 0578-661851.

23 t/m 25 mei
'EEN BRIEF AAN EEN VRIEND' (4de weekend)
Door: Eerwaarde GESHE SONAM GYALTSEN.
Nederlandse vertaling: Hans van den Bogaert.

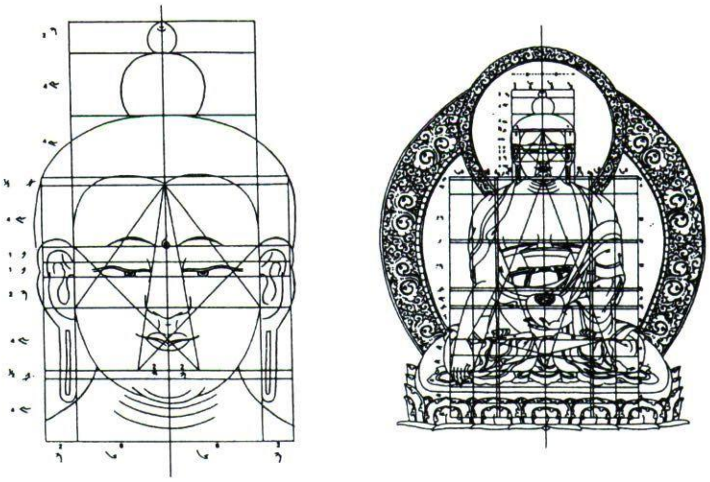
Tijdens dit weekend zal de eerwaarde Geshe Sonam Gyaltsen uitgebreid ingaan op het vierde hoofdstuk van Arya Nagarjuna's 'Een Brief Aan Een Vriend', waarin contemplaties worden geboden waarmee we een drang naar bevrijding van het cyclische bestaan kunnen ontwikkelen.

"Een gevangene zal niet proberen te ontsnappen, zolang hij niet naar vrijheid verlangt!"
Het is niet mogelijk uit de kringloop van het cyclische bestaan te ontsnappen, zolang we nog hechten aan het gebrekkige bestaan. Om deze reden maakt het boeddhisme ons bewust van de tekortkomingen van een gebrekkig leven in de verschillende mogelijke bestaanswerelden. Door realistisch over het lijden na te denken, ontstaat een drang naar bevrijding; de kracht die nodig is voor het opheffen van de oorzaken van het lijden; verstorende emoties en karma.

KOSTEN: F 180,- als los weekend en F 150,- bij deelname aan het studieprogramma voor minimaal een seizoen.
AANVANG: Vrijdagavond 23 mei om 20.00 uur.
AANMELDING: tel: 0578-661450.
fax: 0578-661851.

27 mei t/m 5 juni
Meditatieve schilder cursus
Door: ANDY WEBER
Voertaal: Engels

Tot onze grote vreugde kunnen wij opnieuw een zomer schildercursus aanbieden. Andy Weber, de westerse kunstenaar die grote bekendheid geniet in Tibetaans boeddhistische kringen vanwege de talloze posters en kaarten die van zijn rol-schilderingen (thangka's) gemaakt zijn, heeft in de loop der jaren regelmatig schildercursussen gegeven in het Maitreya Instituut. Van zijn vaste studenten hier in Nederland, is iedereen een beginner geweest - sommigen zelfs zonder enige ervaring met tekenen of schilderen. Onder zijn meesterlijk begeleiding leren deelnemers theorie en praktijk van het tekenschema, het doek en het prepareren van de kleuren. Andy legt ook de meditaties uit die daarbij horen.



Om tegemoet te komen aan uw persoonlijke mogelijkheden bieden wij u ook de gelegenheid om alleen een lang weekend mee te doen. Op deze manier kunt u eerst kennis maken en uzelf van de kwaliteiten van de meester-schilder overtuigen.

DE GEHELE CURSUS:
KOSTEN: F 595,- (exclusief materiaal)
AANVANG: Dinsdagavond 27 mei om 20.00 uur.
EINDE: Donderdagmiddag 5 juni na de lunch.

HET LANGE WEEKEND:
KOSTEN: F 230,- (exclusief materiaal)
AANVANG: Vrijdagavond 30 mei om 20.00 uur
EINDE: Maandagmiddag na de lunch.

AANMELDING en AANVRAAG MEER INFORMATIE:
Telefonisch: 0578 - 661450

6 t/m 8 juni
ABHISAMAYALANKARA (3de weekend)
'EEN SIERAAD VAN REALISATIES'
Door: Eerwaarde GESHE SONAM GYALTSEN.
Nederlandse vertaling: Hans van den Bogaert.

Derde weekend over de Abhisamayalankara van Maitreya en Asanga over het Mahayana pad.

KOSTEN: F 180,- als los weekend en F 150,- bij deelname aan het studieprogramma voor minimaal een seizoen.
AANVANG: Vrijdagavond 6 juni om 20.00 uur.
AANMELDING: tel: 0578-661450.
fax: 0578-661851.

20 t/m 22 juni
'EEN BRIEF AAN EEN VRIEND' (5de weekend)
Door: Eerwaarde GESHE SONAM GYALTSEN.
Nederlandse vertaling: Hans van den Bogaert.

Tijdens dit weekend zal de eerwaarde Geshe Sonam Gyaltsen de contemplaties uitleggen waarmee inzicht ontstaat in de voordelen van bevrijding van het cyclische bestaan. Tesamen met de drang naar bevrijding leidt dit inzicht tot de hogere trainingen in zelfdiscipline, concentratie en wijsheid, waarmee de bevrijding van het gebrekkige cyclische bestaan feitelijk wordt bereikt.
In de praktijk komt dit neer op een geleidelijke opheffing van verstorende emoties en karma. Vrijheid van verstorende emoties en karma betekent het einde van het lijden door geboorte, ziekte, ouderdom en dood. Niet langer geconfronteerd worden met dingen en gebeurtenissen die we niet wensen en niet langer gefrustreerd worden door het niet verkrijgen van de dingen waar we naar verlangen. Het betekent het definitieve einde van de eenzaamheid en ontevredenheid die zo kenmerkend zijn voor het gebrekkige mensenleven.

KOSTEN: F 180,- als los weekend en F 150,- bij deelname aan het studieprogramma voor minimaal een seizoen.
AANVANG: Vrijdagavond 20 juni om 20.00 uur.
AANMELDING: tel: 0578-661450.
fax: 0578-661851.

4 t/m 18 juli
LAM RIM ZOMER-MEDITATIE-CURSUS
Door: Eerwaarde GESHE SONAM GYALTSEN.
Nederlandse vertaling: Hans van den Bogaert.

Meer dan 2500 jaar geleden onderwees Boeddha Sakyamoenie zijn leringen aan een enorme variëteit personen. Hij spitste zijn onderricht steeds volkomen toe op de spirituele behoeften van zijn luisteraars, hetgeen resulteerde in een breed scala van methoden en technieken voor het ontwikkelen van de geest. De boeddhistische leer is zo omvangrijk dat het voor iedereen die de verzamelde werken van de Boeddha wil bestuderen moeilijk is om daarin een duidelijk pad te onderscheiden wat hij of zij zou kunnen volgen. De grote Indiase meester Atisha (982-1054) schreef 'Een Lamp Voor Het Pad', waarin hij de leringen van de Boeddha in een logische volgorde bij elkaar zette. Hij creëerde daarmee een handleiding die door iedereen kan worden begrepen en beoefend, volkomen afgestemd op de praktijk. Naast de woorden van de Boeddha zelf, is deze tekst gebaseerd op de levende mondelinge overdracht, welke Atisha in een ononderbroken overleveringslijn had ontvangen.

Verschillende grote meesters schreven commentaren op deze tekst, waarvan de korte, middellange en grote Lam Rim teksten van Lama Tsong Khapa de beroemdste zijn. De Lam Rim, Een Presentatie van Alle Stadia van het Pad naar de Verlichting, bevat alle leringen van de Boeddha, aaneengeregen tot één praktisch geheel en gericht op de beoefening.

Onze vaste leraar, de eerwaarde Geshe Sonam Gyaltsen, zal in deze jaarlijkse zomer-meditatiecursus tekst en uitleg geven van dit Lam Rim onderricht, en speciaal het devotionele aspect ervan toelichten. Door aanroeping van de meesters van de overlevering, vanaf de historische Boeddha Sakyamoenie tot en met de grote meesters van deze moderne tijd, kan hun zegening en inspiratie worden ontvangen. Daardoor wordt het mogelijk realisaties van de stadia van het boeddhistisch pad in de eigen geest te ontwikkelen.

Tot op de dag van vandaag biedt dit onderricht de beste gelegenheid om in korte tijd, op een overzichtelijke en begrijpelijke manier, een grondige kennis over het boeddhisme te vergaren en deze kennis onder deskundige leiding in de praktijk toe te passen. De zeer heldere uitleg van Geshela maakt de beproefde meditatiemethoden geschikt voor de moderne mens en inspireert tot kritisch nadenken over de boeddhistische wijsheden en tot integratie daarvan in het eigen bewustzijn. Daardoor sluit de theorie direct aan op het dagelijks leven.
De twee dagelijkse lezingen door Geshela, worden afgewisseld met geleide meditaties en discussies.

De bezige werkgroep bos en tuin

Deze cursus is zeer geschikt voor mensen die nog weinig kennis hebben van het boeddhistische pad of die eerder verzamelde kennis willen verrijken met ervaring. De Lam Rim cursus is bovendien een prima gelegenheid voor studieprogramma studenten die nog weinig Lam Rim onderricht hebben gevolgd, om hun gebrek aan overzicht aan te vullen. Door de retraite sfeer biedt deze cursus ervaren boeddhisten volop de gelegenheid om tot verdieping van inzicht en beleving te komen.

KOSTEN: F 985,- vol pension (slaapzaal).
AANVANG: Vrijdagavond 4 juli om 20.00 uur.
Einde: Vrijdagmiddag 18 juli na de lunch.
AANMELDING: tel: 0578-661450
fax: 0578-661851.

DE BOS-COMMISSIE ORGANISEERT WEER EEN AANTAL WERKPERIODEN VOOR BOS- EN TUINWERK

De werkgroep "Bos en tuin" organiseert weer een aantal werkweekenden. Voor de volgende bos- en tuinwerkperioden vragen wij vele helpende handen die licht werk maken:

DATA:
25 t/m 27 april
23 t/m 25 mei
20 t/m 22 juni
Aankomst vrijdagavond 25 april, 23 mei en 20 juni 1997.

In verband met de coördinatie van de werkzaamheden verzamelen de deelnemers op vrijdagavond. Op vrijdagavond wordt niet gewerkt, maar werkers kunnen bijvoorbeeld op vrijdagavond de lezing bijwonen van het parallel lopende cursusweekend over 'Een Brief Aan Een Vriend'. De werkzaamheden vangen aan op zaterdagochtend om 9.30 uur.

KOSTEN: Aan deelname zijn geen kosten verbonden.
AANVANG: Vrijdagavond om 20.00 uur, aanvang werkzaamheden op zaterdagochtend om 9.30 uur.
EINDE: Zondagmiddag om 17.00 uur.
AANMELDING EN INFORMATIE:
tel: 0578-661450.
fax: 0578-661851.

TIJDENS DE MAANDEN JANUARI en AUGUSTUS 1997 IS ONZE VASTE LERAAR, DE EERWAARDE GESHE SONAM GYALTSEN, AFWEZIG EN IS HET MAITREYA INSTITUUT WEGENS VAKANTIE VAN DE BEWONERS GESLOTEN.
TIJDENS DE MAAND OKTOBER 1997 IS DE EERWAARDE GESHE AFWEZIG WEGENS EEN PELGRIMSTOCHT MET EEN AANTAL STUDENTEN NAAR INDIA.
HET KANTOOR EN DE WINKEL BLIJVEN DAGELIJKS TELEFONISCH BEREIKBAAR, BEHALVE OP ZATERDAG.

18 juli
JAARLIJKSE FEESTDAG VOOR GESHE SONAM GYALTSEN

Op deze dag vieren wij de komst en tevens de verjaardag van onze eerwaarde vaste leraar. Iedereen is welkom. Laat ons a.j.b. in verband met de hapjes en drankjes wel ruim van tevoren weten of wij u als gast mogen ontvangen.

19 t/m 22 juli
LAM RIM RETRAITE
O.l.v. Jacoba Postma
Taal: Nederlands.

Alleen voor degenen die een Lam Rim Cursus hebben gevolgd.
KOSTEN: F 175,- (zaal).
AANVANG: zaterdag 19 juli om 20.00 uur.
EINDE: dinsdag 22 juli om 17.00 uur.
AANMELDING: tel: 0578-661450.

LEZINGEN IN HET LAND

DOOR GESHE SONAM GYALTSEN

EERSTE SEMESTER 1997

AMSTERDAM: Maitreya Studiegroep
Amsterdam
Prinsengracht 200,
Tel: 020-6254138.

DE ZEVENENDERTIG BEOEFENINGEN VAN ALLE BODHISATTVA'S.
Deze korte tekst werd geschreven door de Tibetaanse bodhisattva Thogme Zangpo (1245-1369) en zal worden uitgelegd in een serie van vijf lezingen op de woensdagavonden:
12 februari
12 maart
9 april
14 mei
11 juni
AANVANG: 19.30 uur.

Nico Eijgenberger

Eerwaarde Geshe Sonam Gyaltsen in het Maitreya Instituut te Emst

Maitreya Instituut

MAITREYA MAGAZINE
April, mei, juni '97

VERSCHIJNING
1x per kwartaal

UITGAVE
Kerkgenootschap Maitreya Instituut
Heemhoeveweg 2
8166 HA Emst
Telefoon: (0578) 66 14 50
Fax: (0578) 66 18 51

REDACTIE EN VERTAALTEAM
Gelong Jampel Pharchin
Gelongma Tenzin Kalzang
Paula de Wijs-Koolkin
Koosje v.d. Kolk
Jolanda Egberts
Marijke Drost

EINDREDACTIE
Hans van den Bogaert

VORMGEVING
René van Luyn en Christiane Bahr

ILLUSTRATIES
Andy Weber, René van Luyn
e.a.

DRUK
Offsetdrukkerij Refo
Wallerstraat 69
3862 CN Nijkerk

COPYRIGHT
Maitreya Instituut.
Alle rechten voorbehouden.

WELKOM
Kunstuitingen over boeddhistische onderwerpen, gedichten, tekeningen, foto's e.d.

LIDMAATSCHAP/ABONNEMENT
Schriftelijk of telefonisch opgeven.
Alleen per kalenderjaar. Het lidmaatschap gaat in na ontvangst van uw betaling en loopt automatisch door tenzij voor 30 november schriftelijk wordt opgezegd. De prijs is inclusief tussentijdse nieuwsbrieven *f* 25,-- per jaar in Nederland Europa *f* 35,-- overige landen *f* 50,--
Gezinsabonnement *f* 37,50
Losse nummers *f* 6,50 plus portokosten.

BETALINGEN
Voor abonnementen, contributie, donaties Postbank: nr. 6901668 Bank: I.N.G. Epe, rek.nr.: 65.70.24.481 t.n.v. Kerkgenootschap Maitreya Instituut te Emst.
Betalingen voor winkel en groothandel alleen per faktuur en acceptgiro.

ADRESWIJZIGINGEN
Gaarne één maand voor het verschijnen van dit magazine schriftelijk opgeven.

VORIGE NUMMERS
Steeds minder vorige nummers zijn nog uit voorraad leverbaar.

BESTELLINGEN
Boeken en andere Dharma-artikelen uit onze winkel en groothandel kunnen zowel schriftelijk als telefonisch worden besteld.

Foundation for the Preservation of the Mahayana Tradition

SPIRITUEEL LEIDER
Lama Thubten Zopa Rinpochee

VASTE LERAAR
Geshe Sonam Gyaltsen

KERKGENOOTSCHAPBESTUUR
Voorzitter:
Sander Tideman

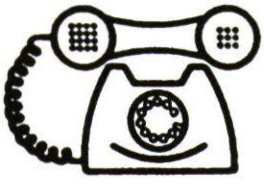
Vice voorzitter:
Thirza Happé

Secretaris:
Paula de Wijs-Koolkin

Penningmeester:
Arjan Korevaar

Bestuursleden:
Lama Thubten Zopa Rinpochee, Gelong Marcel Bertels, April Elzenga, Lan Tjoa

Comitéleden:
Sander Tideman, Thirza Happé, Jan Paul Kool, Koosje van der Kolk, Alex de Haan, Inge te Velde, Ivy van Eer, Herman Homan.



Telefoon: (0578) 66 14 50
Fax: (0578) 66 18 51
E-mail: maitreya@pi.net
Home page:
http://home.pi.net/~maitreya/home.html

Het kantoor van het instituut is zondag t/m vrijdag telefonisch bereikbaar van 09.00-16.00 uur. Op andere tijden als we niet bereikbaar zijn kunt u een boodschap inspreken op ons antwoordapparaat. Het kantoor is op zaterdag gesloten.

VOORPLAAT
Foto van Z.H. Dalai Lama nog altijd object van offergaven in Lhasa.
Foto: Margriet Boekhoorn
Vormgeving: Chris Verschoor en Offsetdrukkerij Refo b.v.

DOELSTELLING
Het kerkgenootschap en de stichting stellen zich tot doel: Het bevorderen van de interesse en studie, het beoefenen en uitbreiden van het boeddhisme, v.n.l. in de vorm waarin het in TIBET heeft bestaan en te komen tot een vruchtbare integratie van Oosterse en Westerse filosofieën in Nederland.

***f* 300,-- KORTING-DONATEUR 1997**
De beste manier om het Maitreya Instituut te steunen waarbij u tevens het grootste voordeel heeft is om *f* 300,-- KORTING-DONATEUR 1997 te worden voor f 25,-- per maand. Hiervoor worden alleen **automatische overboekingen** geaccepteerd op onze Postbankrekening nr.: 6901668 t.n.v. Kerkgenootschap Maitreya Instituut te Emst. U kunt gebruik maken van een machtigingskaart. U krijgt dan naast het Maitreya Magazine 6x per jaar het Engelstalige blad Mandala. Verder krijgt u **15% korting** op alle artikelen **uit de winkel** behalve op de transcripten. U bent ook automatisch FPMT-Lid, hetgeen steeds meer voordelen oplevert bij bezoeken aan een van de 70 aangesloten centra in de hele wereld.

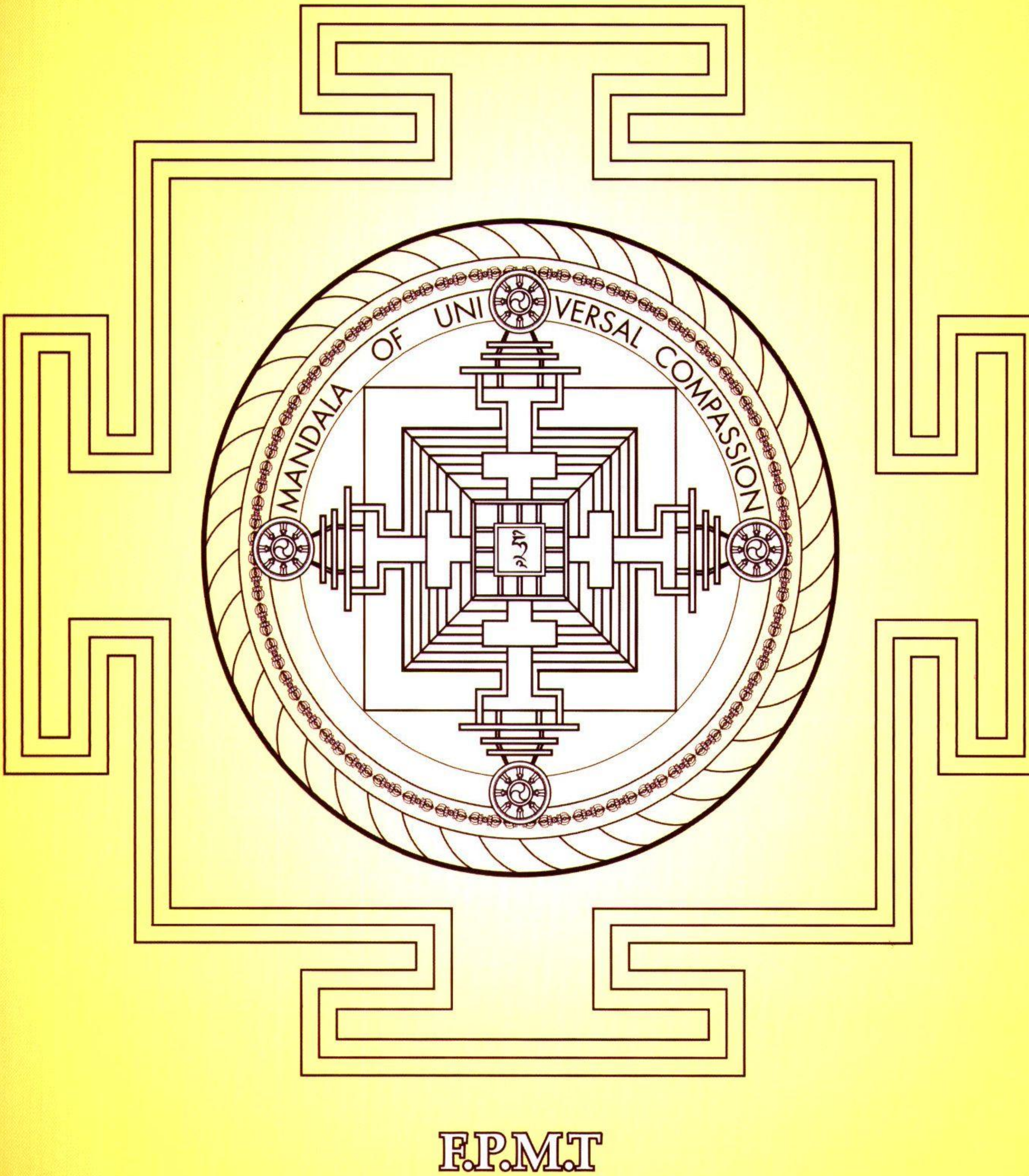
DONATEURS
Donaties aan het kerkgenootschap zijn aftrekbaar van de inkomstenbelasting. Voorwaarde is dan dat het totaal aan donaties aan instellingen als het Maitreya Instituut (of bijv. het Rode Kruis etc.) minimaal 1% en maximaal 10% van uw bruto inkomen bedraagt.

***f* 100,-- MAITREYA MAGAZINE LID-ABONNEE 1997 & FPMT-LID 1997**
Voor minder draagkrachtigen is er ook een mogelijkheid om uw betrokkenheid bij het Maitreya Instituut te laten blijken door *f* 100,-- Lid/Abonnee & FPMT-Lid te worden voor dit bedrag. U krijgt dan 4x per jaar het Maitreya Magazine en 6x het Engelstalige blad Mandala.

DONATEUR GESHE ACTIE
Voor het verblijf en onderhoud van de Geshe is een apart fonds gesticht. Deelnemers aan deze actie storten een maandelijks bedrag van minimaal *f* 10,-- voor de periode van ten minste 1 jaar, of doen een éénmalige bijdrage op onze post- of bankrekening met vermelding van: Geshe actie.

LEENFONDS
Deelnemers aan het leenfonds kunnen bedragen vanaf *f* 2500,-- storten op rekeningnr.: 65.70.24.481 van de I.N.G. Bank te Epe t.n.v. Kerkgenootschap Maitreya Instituut. Deelnemers ontvangen geen rente maar een certificaat voor het bedrag van de lening en de garantie dat het geld binnen vijf dagen na het ontvangen van uw opdracht retour wordt gestort op een door u aangegeven rekening.

Bezoekers aan ons centrum of onze winkel in Emst zijn altijd van harte welkom, echter alleen na telefonische afspraak.



F.P.M.T

FOUNDATION FOR THE PRESERVATION OF THE MAHAYANA TRADITION